

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**“PREVENCIÓN DEL BAJO RENDIMIENTO ACADEMICO  
EN ADOLESCENTES ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO  
DEL COLEGIO EL MANANTIAL, DEL MUNICIPIO DE  
MIXCO”**

Informe Final de Investigación  
presentado al Honorable Consejo Directivo  
de la Escuela de Ciencias Psicológicas

**Por**

**MONICA DEL CARMEN CARDONA SOLIS**

Previo a optar el Título de

**PSICÓLOGA**

En el grado Académico de

**LICENCIATURA**

Guatemala, Marzo de 2005

**CONSEJO DIRECTIVO**

Licenciado Riquelmi Gasparico Barrientos  
**DIRECTOR ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

Licenciada Karla Emy Vela Díaz de Ortega  
**SECRETARIA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

Licenciada Maria Lourdes González Monzón  
Licenciada Liliana del Rosario Álvarez de García  
**PRESIDENTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

Licenciado Evodio Juber Orozco Edelman  
**REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

Estudiante Elsy Maricruz Barillas Divas  
Estudiante José Carlos Argueta Gaitán  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

Av. América 545, Zona 11, Edificio "A"  
TEL: 462-1910 FAX: 462-1913 y 14  
e-mail: psicologia@uscg.edu.gt

c.c. Control Académico

CIEPs.

Archivo

REG. 348-2002

CODIPS 447-2005-2005

**DE ORDEN DE IMPRESIÓN INFORME**  
**FINAL DE INVESTIGACIÓN**

02 de marzo de 2005

Estudiante

Mónica del Carmen Cardona Solís

Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante Cardona:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO (10º), del Acta TRECE GUIÓN DOS MIL CINCO (13-2005), de la sesión del Consejo Directivo del 25 de febrero de 2005, que copiado literalmente dice:

**"DÉCIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación titulado: **"PREVENCIÓN DEL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO DEL COLEGIO EL MANANTIAL, DEL MUNICIPIO DE MIXCO"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**MÓNICA DEL CARMEN CARDONA SOLÍS**

**CARNET No. 93-31037**

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Edina Esperanza Recinos y revisado por el Licenciado José Alfredo Enriquez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del informe final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

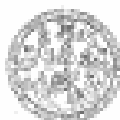
Atentamente,

ID Y ENSEÑAD A TODOS

  
Licenciada Karla Emy Vela Díaz de Ortega  
SECRETARÍA



/Gladys



Guatemala, 4 de noviembre de 2004

## INFORME FINAL

SEÑORES  
CONSEJO DIRECTIVO  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
EDIFICIO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado José Alfredo Enríquez Cabrera, ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, titulado:

"PREVENCIÓN DEL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN  
ADOLESCENTES ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO DEL COLEGIO EL  
MANANTIAL, DEL MUNICIPIO DE MIXCO"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No

Mónica del Carmen Cardona Solís

93-31637

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener  
ORDEN DE IMPRESIÓN.

Atentamente,

"ED Y ENSEÑAD A TODOS"

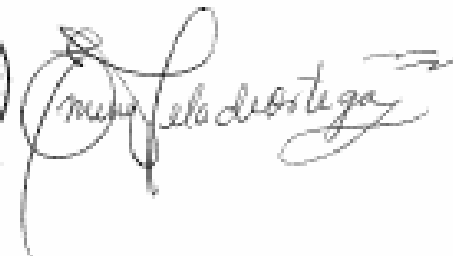
  
LICENCIADA MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ  
COORDINADORA

CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGÍA -CEPs.- "Mayra Gutiérrez"

c.c. Revisor/a  
Archivo

MLDA/edr





UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM  
P. Avenida 14a. Zona 10, Centro "A"  
TEL: 2402-6000 FAX: 2402-6001 y 14  
e-mail: cum@cum.edu.gt

CIEPs. 178-2004

Guatemala, 4 de noviembre de 2004.

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Investigación e Intervención  
2004USC



178-2004 17.38 21/11/04

LICENCIADA  
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA  
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA  
CIEPs. "MAYRA GUTIÉRREZ"  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LICENCIADA DE ÁLVAREZ:

De manera atenta me dirijo a Usted para informarle que he procedido a la  
revisión del INFORME FINAL DE INVESTIGACION, titulado:

"PREVENCIÓN DEL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES  
ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO DEL COLEGIO EL MANANTIAL, DEL  
MUNICIPIO DE MIXCO"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No.

Mónica del Carmen Cardona Solís

93-31037

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el  
Centro de Investigaciones en Psicología, emito DICTAMEN FAVORABLE, y  
solicito continuar con los trámites respectivos.

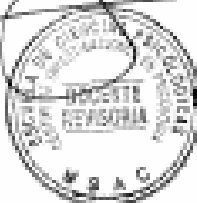
Atentamente,

"D Y ENSEÑAR TODOS"

LICENCIADO JOSÉ ALFREDO ENRIQUEZ CABRERA  
DOCENTE REVISOR

c.c.: Archivo  
Docente Revisora

JAEC/edr



Guatemala, 28 de mayo 2,004

Licenciada,  
Mayra Luna  
Coordinadora Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Estimada Licenciada:

La saludo muy cordialmente, deseándole bienestar en sus labores diarias.

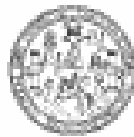
Licda. Por este medio hago de su conocimiento que he tenido a bien asesorar el trabajo de tesis de la estudiante Mónica del Carmen Cardona Solís, con carné 93-31037; que consiste en el Informe Final del Programa de Prevención del Bajo Rendimiento Académico en Adolescentes Estudiantes del Nivel Básico, del Colegio Mixto el Manantial, de la Colonia la Comunidad, en el Municipio de Mixco.

Dicho trabajo cumple con los requisitos establecidos por el CIEPs, por lo que considero y recomiendo se prosiga al trámite correspondiente.

Atentamente,

  
Edina Recinos  
Licda. En Psicología  
Colegiado 1,356  
Licda. Edina Espinoza Recinos L.  
Psicóloga  
Colegiada 3756

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS  
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

Av. Avenida 9-45, Zona 11, Edificio "A"  
TEL.: 803-24411432, 480-1881 y 44  
e-mail: eacpsic@uscg.edu.gt

cc: Control Académico  
CIEPs  
archivo

REG. 348-02

CODIPs. 793-2003

DE APROBACIÓN DE PROYECTO DE  
INVESTIGACIÓN Y NOMBRAMIENTO DE ASESOR

16 de julio de 2003

Estudiante  
Mónica del Carmen Cardona Solís  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante Cardona Solís:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto UNDÉCIMO (11°), del Acta VEINTISEIS GUION DOS MIL TRES (26-2003), de Consejo Directivo de fecha quince de julio, que copiado literalmente, dice:

"UNDÉCIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Investigación titulado: "PREVENCIÓN DEL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES ESTUDIANTES DEL NIVEL BÁSICO DEL COLEGIO MANANTIAL EN EL MUNICIPIO DE MIXCO", de la Carrera: LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA, presentado por:

MÓNICA DEL CARMEN CARDONA SOLÍS

CARNÉ No. 9331037

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs-, resuelve aprobarlo y nombrar como asesora a la Licenciada Edina Esperanza Recinos y como revisor al Licenciado José Alfredo Enríquez Cabrera."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"

Licenciado Ronald Solís Zea  
SECRETARIO



/Gladys

Guatemala, 14 de agosto de 2,003

Licenciada,  
Mayra Luna  
Coordinadora Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

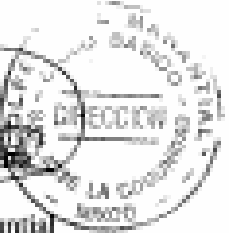
Licenciada:  
Muy cordialmente la saludo, deseándole bienestar y éxitos en sus labores diarias.

Licenciada, por medio de la presente hago de su conocimiento, que conté con el apoyo profesional de la estudiante Mónica Del Carmen Cardona Solís, con número de carné 93-31037, quien tuvo a bien desarrollar un Programa Psicopedagógico para la Prevención del Bajo Rendimiento, con los adolescentes del primer año básico, de la sección A, de dicho colegio; en periodos de cuarenta minutos, dos veces a la semana, por cinco meses consecutivos.

Sin otro particular me despido, agradeciendo la atención prestada a la misma.

Atentamente,

  
Directora  
Colegio El Manantial

  
MANANTIAL  
BÁSICO  
DIRECCION  
DE LA COORDINACION  
PSICOLOGICA



**ACTO QUE DEDICO:**

**A DIOS Y A LA VIRGEN MARIA:**

Por darme fortaleza, sabiduría y perseverancia, para lograr una de mis más anheladas metas.

**A MIS PADRES:**

Marco Antonio y Carmen, por haberme concedido el don de la vida, sin ese milagro no habría logrado ser lo que soy.

**A MI TIA:**

Ana María, por ser parte importante en mi vida y formadora de una mujer de bien.

**A MI ESPOSO E HIJA:**

Luis Emilio y María Fernanda por ser la bendición más grande y fuente de inspiración.

**A MIS HERMANOS:**

Marco Antonio y Mireya, por ser los mejores hermanos, amigos y por el apoyo moral brindado en todo momento.

**A MIS ABUELOS:**

Filomena, Alfredo, Berta, Alfredo (Q.P.D.), por haber hecho de mi niñez una etapa inolvidable.

A TODA MI FAMILIA AUNQUE NOS LOS MENCIONE MUCHAS GRACIAS,  
POR QUE EN DETERMINADO MOMENTO ME BRINDARON SU APOYO..

## **AGRADECIMIENTOS**

### **A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA:**

Por los conocimientos aportados a mi formación profesional.

### **A MI AMIGA, LICDA. OLIVIA CACERES:**

Por su amistad, tiempo, dedicación y por el apoyo moral y profesional en todo momento..

### **A LA LICDA. EDINA RECIÑOS:**

Por ser parte formadora de mi vida profesional.

### **AL LIC. JOSE ALFREDO ENRIQUEZ:**

Por su dedicación y tiempo en la realización de mi investigación.

### **A MI AMIGA SONIA RODRIGUEZ:**

Por su amistad y apoyo fundamental en el trabajo de campo.

### **AL COLEGIO EL MANANTIAL:**

Por haberme permitido realizar dicha investigación, en especial a la directora del plantel, Anabella Jacobo.

### **A LOS ESTUDIANTES DEL PRIMERO BÁSICO SEC. A**

Por haber hecho realidad tan grata e inolvidable experiencia.

### **A MIS AMIGOS Y COMPAÑEROS DE ESTUDIO:**

Betty García, Isabel de Estrada, Miriam Boror, Rubí Alvarado, Sandra Medina, Juanita Sotoy, Mariola Vicente, Leonardo Gómez, Lesbia Canel, Gladis Dieguéz, Laura De León, Celia Ordoñez, Alba Ordoñez, Eloisa Hernández, Silvia Illescas, Milvia Carrillo, deseándoles bienestar y éxitos..

## **PADRINOS**

Licda. Olivia Judith Cáceres Gamarro

Licda. Edina Esperanza Recinos

Por compartirme su calidez humana y experiencia profesional.

## INDICE

PROLOGO	PAGINA
---------	--------

### CAPITULO I

INTRODUCCIÓN	1
MARCO TEÓRICO	4
El Período de la Pubertad	
Cual es el Impacto Psicológico de los Cambios Físicos	
Desarrollo Físico del Adolescente y sus Repercusiones Psicológicas	
Sentimientos a Cerca de la Apariencia Física	6
Cambios en la Personalidad	
Obstáculos para Mejorar la Personalidad	
Puntos Fuertes de la Personalidad del Adolescente	7
Rendimiento Académico	8
Bajo Rendimiento Académico	
El Fracaso Escolar	10
Las Dificultades en el Aprendizaje	12
Crecimiento Personal	15
Actitudes Positivas	
La Autoestima	16
Como se Forma la Autoestima	
Las Personas con una Autoestima Saludable	17
Autovaloración	18
Autoconfianza	
Autoconcepto	19

### CAPITULO II

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	20
POBLACIÓN	
TÉCNICAS DE MUESTREO	21
TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS	23

### CAPITULO III

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	24
CONCLUSIONES	31
RECOMENDACIONES	33
BIBLIOGRAFÍA	34
ANEXOS	36
RESUMEN	37

## **PROLOGO**

El presente trabajo de investigación titulado “Prevención del bajo rendimiento académico, en adolescentes del primer año básico sección A, del Colegio Mixto “El Manantial”, de la colonia San José la Comunidad del municipio de Mixco; a criterio personal me motivó porque me preocupa el impacto emocional que experimentan los jóvenes en el inicio y transcurso de la adolescencia, y su respuesta ante las presiones, críticas y prohibiciones que la familia y la sociedad los expone. A veces por el simple hecho de desconocer la problemática por la que los adolescentes atraviesan, por conflictos internos o patrones de conducta aprendidos.

Los y las jóvenes en la actualidad deben enfrentarse a un mundo que plantea cada vez más retos. La competitividad que existe en el medio los impulsa a tener mejor preparación, pero al mismo tiempo puede empujarlos a olvidar los valores y los principios morales que constituyen la base de la familia y la sociedad.

Es importante conocer la magnitud que genera el problema, cuando estos jóvenes no cuentan con una autoestima fortalecida, carecen de valores internos y sociales y los recursos económicos necesarios. El resultado es una respuesta negativa a la propiedad educativa, optando por la vía más fácil para “mejorar” su nivel de vida, integrándose a maras, vagancia, delincuencia, drogadicción etc.; contribuyendo al deterioro de su autoestima.

El programa para la prevención del bajo rendimiento académico” contribuyó a disminuir en cierta forma la problemática del mismo. Se observaron cambios en la conducta de los jóvenes, se fortaleció la integración y participación del grupo, la relación con los maestros se tornó amena, aumentó la puntualidad en la entrega de tareas y la participación en clase, mejorando significativamente las calificaciones en las adolescentes.

Así también se logró establecer algunos de los factores emocionales influyentes y más comunes en el bajo rendimiento académico de los jóvenes; como la carencia de motivación dentro del hogar y la escuela, la falta de cultura del medio en que conviven, el que no exige superación escolar alguna, el nivel socioeconómico bajo, el cual no permite en ocasiones la culminación de las actividades escolares y por supuesto la falta y utilización de hábitos de estudios.

Por esta serie de conflictos surgidos como parte del desarrollo del adolescente, fue necesario implementar la estrategia de prevención del bajo rendimiento académico, a través de talleres psicopedagógicos, que consistieron en actividades constructivas de nivel personal y académico, como una propuesta para mejorar el desempeño escolar y emocional, orientándolos a formar parte de actividades constructivas y formativas de su interés.

Estos talleres consistieron en el abordamiento de la aplicación de técnicas para elevar la autoestima e implementar hábitos de estudio en los estudiantes.

Con esta investigación, se obtuvieron elementos de apoyo esenciales, que nos ayudaron a comprender mejor la problemática del adolescente, a aportar mejores herramientas al trabajo educativo y formativo de los jóvenes.

Para el profesional de Psicología, es de importancia contribuir a la sociedad guatemalteca, aunque el campo de trabajo es muy reducido y poco valorizado; Se debe siempre contar con los instrumentos necesarios y así adaptarlos a las diferentes necesidades de cada población; para lograr mejores resultados.

# **CAPITULO I**

## **INTRODUCCION**

La adolescencia como etapa de transición entre la niñez y la edad adulta, ha sido estudiada desde varias perspectivas, principalmente desde el punto de vista psicosocial y biológico.

Según investigaciones la adolescencia es una época de la vida en la cual ocurren transformaciones corporales y psicológicas debido al proceso de crecimiento y maduración del cuerpo humano. El adolescente sufre cambios hormonales y emocionales en su desarrollo, unido a esto encuentra en su vida limitantes : Un hogar conflictivo, una escuela individualista y rígida y una sociedad carente de valores; que por supuesto interfieren enormemente en el bajo rendimiento académico del joven.

El bajo rendimiento reside en el hecho de que el alumno no ha logrado sobresalir al trabajo correspondiente al curso escolar y por tanto ha de repetirlo, de tal modo que quedará atrasado respecto a sus compañeros de la misma edad cronológica.

El bajo rendimiento académico, ocurre en todos los niveles de inteligencia, incluyendo a los niños con subnormalidad mental; no se limita a aquellos con un CI promedio o superior.

Las causas del bajo rendimiento académico son muchas; la más común del retraso en la escuela, es que el nivel de inteligencia es bajo para la escuela en cuestión. Puede encontrarse también en el hogar, en la escuela o en el joven. El problema puede provocarlo la enseñanza, los exámenes, el sistema de calificación o el propio examinador.

Es alta la incidencia de padres con escasos recursos económicos que laboran todo el día y dejan a sus hijos al cuidado de otras personas; y es elevado el número de hogares desintegrados, lo que es predisponente de una baja en el rendimiento escolar, que indudablemente, se acompaña de ansiedad y factores emocionales como inseguridad, depresión, agresividad, impulsividad, rechazo u otros.

El ambiente del hogar, la participación de los padres, las relaciones familiares, los estratos sociales y los valores morales, culturales y religiosos, parecen tener más influencia en el rendimiento escolar, que el nivel socioeconómico de la familia en sí.

Un hogar donde no hay libros, ni oportunidades para que el joven aprenda y donde no se habla nada de educación; no es el lugar para que el niño se motive a triunfar en la escuela. Muchos de los alumnos que están retrasados en la escuela, lo deben a su inasistencia a la

escuela. Esta inasistencia se correlaciona con el poco cuidado paterno y con la carencia de apreciación del verdadero valor de la educación.

Cuando un alumno se desempeña mal en la escuela, puede deberse al grado de motivación, a la interacción entre las personalidades del niño y su profesor. El joven es valorado de acuerdo con su aprovechamiento en las materias de grado escolar; sin tomar en cuenta que hay alumnos que nunca van a ser buenos para algunas materias por lo que sus aptitudes e intereses están dirigidos hacia otra dirección.

Todos los profesores tienen problemas de comportamiento, igual que todos los niños, así que es fácil de entender a un profesor que trata con padres conflictivos, sienten apatía por el hijo de estos y el sentimiento se hace mutuo.

Muchos factores pueden retardar el progreso de un joven inteligente; los problemas emocionales ocupan un lugar preponderante. El joven que se siente infeliz, tiene un escaso desempeño en la escuela. La inseguridad por cualquier motivo, se deba a fricciones en el hogar, enfermedad de los padres, alcoholismo o algún otro factor, es una causa poderosa de bajo aprovechamiento.

Algunos alumnos son de pensar lento y se bloquean emocionalmente cuando un profesor trata de apresurarlos, son incapaces de expresarse de modo correcto aunque piensen bien, sueñan despiertos, son tan aficionados a los deportes, presentan problemas sensoriales o impedimentos físicos que dificultan el aprendizaje, son hiperactivos (no se concentran) algunos se encuentra con sobredosis de medicamentos, otros por trastornos del aprendizaje o por cualquier enfermedad e incapacidad crónica.

El deterioro del desempeño escolar, puede ser resultado de la interacción de muchos factores: La inseguridad, desnutrición, crueldad en el hogar, o por alguna deficiencia a nivel cerebral.

Esta problemática origina en los alumnos bajas notas, apatía hacia algunas materias, poca participación con los maestros en entrega de tareas y atención en el aula, deserción escolar, inasistencia, hasta el abandono definitivo de la institución.

Esto ocurre en mayor incidencia con los jóvenes que cursan el primer año del nivel básico del Colegio Mixto “El Manantial” del municipio de Mixco, quienes conformaron un grupo de treinta y uno adolescentes, diecinueve mujeres, representado por el 61% y doce hombres al 39% de la población; comprendidos entre las edades de trece y dieciséis años. Los alumnos de dicho colegio son procedentes de áreas aledañas a la colonia, pertenecientes al nivel socioeconómico medio bajo y escogidos de forma aleatoria entre dos secciones del primer año básico, tomándose



como base el nivel de bajo rendimiento que estos presentaban y el horario de clase inicial para atraer la atención de los mismos.

Los cuales fueron objeto de estudio por presentar las características generadoras del bajo rendimiento académico propias que ameritaba la investigación.

Por esta serie de conflictos surgidos en el desarrollo del adolescente, fue necesario implementar la estrategia de prevención del bajo rendimiento académico, a través de talleres psicopedagógicos, que consistieron en actividades constructivas de nivel personal y académico, como una propuesta para mejorar el desempeño escolar y emocional, orientándolos a formar parte de actividades constructivas y formativas de su interés.

Fue una experiencia positiva que permitió descubrir los problemas más comunes que interfieren en el desarrollo personal y académico de los estudiantes, como parte de su etapa de desarrollo, y que tan importante es el apoyo dentro del hogar, la escuela y de la sociedad en general; porque de ahí depende que el joven desarrolle sus cualidades satisfactoriamente. Ayudándonos así a orientar el trabajo de una manera más acertada y benéfica para ocasiones futuras.

## **MARCO TEORICO**

La palabra “Adolescencia” proviene del verbo latín “Adoleceré”, que significa crecer o crecer hacia la madurez.

“La adolescencia es un período de transición, en donde el individuo pasa física y psicológicamente, desde la condición de niño a la de adulto. Cuya duración e incluso existencia, han sido discutidas y definidas “época de crisis.”<sup>1</sup>

La adolescencia se inicia cuando el individuo accede y se independiza legalmente de la autoridad de los adultos; es un ser humano sometido a las mismas leyes que los seres humanos de otras edades, los adultos en particular. La adolescencia no constituye un nuevo nacimiento, sino una reactivación de ciertos procesos que se habían desarrollado durante la infancia.

El adolescente resulta difícil de comprender, que desconcierta sobre todo las contradicciones y la ambivalencia que dominan su vida.

El adolescente está directamente ligado al mundo y no se reduce a la familia, abarca a la sociedad en general a través de ciertos grupos particulares.

### **EL PERIODO DE LA PUBERTAD**

“La palabra “pubertad” proviene del latín “pubertas” que significa edad de la virilidad; se refiere al momento en que los órganos reproductores maduran y comienzan a funcionar, se agrandan y las características sexuales secundarias aparecen.”<sup>2</sup>

Los cambios físicos se producen a lo largo de los años de adolescente, esto se conoce como la fase de la “pubertad”, junto con las modificaciones de los órganos de reproducción, aparecen cambios en el resto del cuerpo, estos a su vez originan alteraciones en los intereses, las actitudes y la conducta del joven.

El proceso dura dos años, y es aquí donde se realiza la más grande diferenciación sexual, que haya tenido lugar desde el temprano estado prenatal.

Estos cambios afectan la vida de los adolescentes de muchas maneras, una de ellas son las relaciones con la familia y la sociedad.

---

<sup>1</sup> Hurlock, Elizabeth B. Psicología de la Adolescencia. México 1993, Ediciones Paidós. Pag .624

<sup>2</sup> Papalia Diane E.-Wendkos Olds, Sally. Psicología del Desarrollo de la Infancia a la Adolescencia. Quinta Edición. Pag. 662

La edad promedio para el comienzo de la adolescencia, en las niñas es a los diez años, con madurez sexual total a los doce años. Para los varones es a los doce años, con madurez sexual total a los catorce años.

La adolescencia es un fenómeno mucho más complejo que únicamente puede definirse a partir de un patrón psicológico, que depende de la naturaleza; mientras que en la pubertad, la naturaleza y la nutrición se complementan. La edad de la pubertad está mucho más definida que se caracteriza por un determinado número de datos visibles, modificaciones morfológicas, sexuales y endócrinas.

La pubertad y la adolescencia se encuentran ubicadas en la quinta etapa de las ocho etapas del desarrollo psicológico y social del ser humano, la que se caracteriza por la integración en que se forma la identidad del propio Yo, que es algo más que la simple suma de la identificaciones infantiles.

Es evidente que estas modificaciones corporales generales y genitales, sobre todo desempeñan un papel no solo por el hecho de su existencia física e incluso por la importancia psicológica de su presencia.

### **CUAL ES EL IMPACTO PSICOLÓGICO DE LOS CAMBIOS FISICOS**

Es probable que sea la etapa más embarazosa de la vida. Los adolescentes son extraordinariamente conscientes de si mismos y seguros de que todo el mundo los está mirando y que su cuerpo lo está traicionando con frecuencia.

No es sorprendente que los cambios físicos dramáticos de la adolescencia, tengan muchas ramificaciones psicológicas. Las reacciones psicológicas son en especial agudas al comienzo de la menstruación, en los cambios en la apariencia física y en la maduración temprana o tardía.

### **DESARROLLO FISICO DEL ADOLESCENTE Y SUS REPERCUSIONES PSICOLÓGICAS**

El desarrollo físico del comienzo de la adolescencia parece el más fácil de asimilar y contrariamente a las manifestaciones psicológicas contradictorias y cambiantes de la personalidad del adolescente.

Muchos son los factores que afectan el comienzo de la maduración y el grado de desarrollo del adolescente: La raza, la herencia familiar inmediata, el sexo, la alimentación, la enfermedad, la salud mental, el sueño, el reposo, el exceso de trabajo y ejercicio.

### **SENTIMIENTOS A CERCA DE LA APARIENCIA FÍSICA:**

La mayoría de los adolescentes están conscientes de su apariencia física que cualquier otro aspecto, y muchos no están satisfechos con su imagen en el espejo. Adolescentes de ambos sexos, se preocupan por el peso, el cutis y rasgos faciales.

Los adultos a menudo descartan los sentimientos de los adolescentes a cerca de su apariencia; pero estos sentimientos pueden tener repercusiones que duraran largo tiempo.

En primer lugar la apariencia de los adolescentes es importante para su vida social y para el logro de una buena autoestima. La apariencia física afecta como nos ven los demás, también la búsqueda del atractivo físico a menudo incita a los adolescentes al desorden de la comida. Estas diferencias desaparecen generalmente solo en la edad mediana.

El aspecto físico ejerce una mayor influencia en el bienestar psicológico de la adolescencia. Los cambios físicos que tienen lugar durante la adolescencia son : Crecimiento súbito, menarquia, características sexuales primarias (cambios de órganos relacionados con la reproducción), características sexuales secundarias, signos fisiológicos de la madurez sexual, que no comprometen directamente los órganos reproductores.

### **CAMBIOS EN LA PERSONALIDAD:**

Pocos adolescentes se sienten satisfechos con su apariencia física, también son pocos los que lo están con su personalidad; el deseo de mejorar ambos aspectos es casi obsesivo en los años adolescentes. Cuanto más conscientes están los adolescentes del valor de la personalidad en las relaciones sociales, tanto más se fortifica su deseo de mejorar.

Por lo general la insatisfacción alcanza su nivel máximo entre los 15 y 16 años. Después de esa edad, tanto los individuos de uno como del otro sexo se sienten cada vez más complacidos con las mejoras que lograron.

### **OBSTÁCULOS PARA MEJORAR LA PERSONALIDAD:**

A pesar del fuerte deseo del adolescente de mejorar su personalidad, hay muchos obstáculos que se interponen en el camino; algunos son producto del propio individuo; otras están fuera de su control. Entre los muchos inconvenientes que retrasan la mejora de la personalidad están: Creencias tradicionales, estereotipos de personalidad, complejidad del patrón de personalidad, personalidad ideal.

Pocos adolescentes tienen éxito como quisieran en el perfeccionamiento de su personalidad. Las influencias combinadas de la herencia y el ambiente, traen como consecuencia la formación de patrones de personalidad bastante persistentes. Además en la vida del adolescente entran nuevos factores ambientales que también dejan huellas en su personalidad.

Durante los años de la adolescencia se determinará si el individuo ha de ser maduro, resuelto y socialmente consciente, o por el contrario si ha de ser frustrado, asocial, dependiente e inmaduro. La personalidad es producto de las influencias culturales y se forma de acuerdo con las presiones de grupos sociales. Normalmente el individuo llega a pensar de si mismo como integrante de un grupo cultural determinado y su conducta conformista se hace habitual. Si es necesario y si la motivación es lo bastante fuerte, el joven puede romper con sus primitivas influencias culturales, pudiendo hacerlo con cualquier hábito bien aprendido.

#### **PUNTOS FUERTES DE LA PERSONALIDAD DEL ADOLESCENTE:**

La adolescencia normal la gente joven, es emocionante; están en el umbral del amor, del trabajo, de la vida y de una participación más amplia en la sociedad. Sin embargo pocos adolescentes reconocen y valoran sus atributos positivos.

Están alertas son valientes, capaces de correr riesgos, tienen energía, empuje y vitalidad, son justos, abiertos, francos y honestos, están comprometidos en una búsqueda sincera y en el proceso de la identidad.

Los cambios normales del desarrollo en los primeros años de vida son obvios y los signos de crecimiento dramáticos; el adolescente con su cuerpo y nuevo conocimiento, se prepara para dar un paso a la vida adulta.

## **RENDIMIENTO ACADEMICO**

“Rendimiento procede del latín “Rendere” que significa vencer, dar fruto o utilidad a una cosa.”<sup>3</sup>  
Al referirse al Rendimiento Académico, estamos hablando de los resultados obtenidos a través de un proceso evaluativo que puede variar respecto a tiempo pero que cumple con la función de constatar el grado de aprendizaje de los educandos. Así también se refiere al resultado obtenido, producto de la tarea docente, al aprovechamiento real efectuado por el alumno en el grado con que se han alcanzado los objetivos.

### **BAJO RENDIMIENTO ACADEMICO**

Reside en el hecho de que el alumno no ha logrado sobresalir al trabajo correspondiente al curso escolar y por tanto ha de repetirlo, de tal modo que quedará atrasado respecto a sus compañeros de la misma edad cronológica.

El Bajo Rendimiento Académico, ocurre en todos los niveles de inteligencia, incluyendo a los niños con subnormalidad mental; no se limita a aquellos con un CI promedio o superior.

Las causas del Bajo Rendimiento Académico son muchas; la más común del retraso en la escuela, es que el nivel de inteligencia es bajo para la escuela en cuestión. Puede encontrarse también en el hogar, en la escuela o en el joven. El problema puede provocarlo la enseñanza, los exámenes, el sistema de calificación o el propio examinador.

Es alta la incidencia de padres con escasos recursos económicos que laboran todo el día y dejan a sus hijos al cuidado de otras personas; es elevado el número de hogares desintegrados, lo cual es predisponente de una baja en el rendimiento escolar, que indudablemente, se acompaña de ansiedad y factores emocionales como inseguridad, depresión, agresividad, impulsividad, rechazo u otros.

El estar involucrado en tal fenómeno, crea diversas necesidades, tanto para el joven quién sufre la problemática como para los que con él trabajan.

Los factores involucrados en el Bajo Rendimiento Académico son:

1. Intereses en el hogar.
2. El reconocimiento de los padres de la importancia de la educación.
3. La oportunidad que se le da al niño de ampliar su vocabulario

---

<sup>3</sup>Repetto, Elvira. Teoría y Procesos de la Orientación. Editorial Kapelusz, Buenos Aires Argentina 1985. Pag. 319

4. Adquirir conocimientos y experiencias fuera de su casa y de la escuela.
5. Facilidades y oportunidades de hacer tareas.
6. Contar con los estímulos necesarios que le dan para lograrlo y las Recompensas que le brindan por su buen desempeño.

Un hogar donde no hay libros, ni oportunidades para que el joven aprenda y donde no se habla nada de educación; no es el lugar para que el niño se motive a triunfar en la escuela.

Muchos padres le dan poca importancia al valor de la educación; en ocasiones no solo no incitan al joven a hacer tareas hasta que llegan a desanimarlo; fomentándolo a que trabaje su tiempo libre. Ellos esperan poco del hijo y éste logra poco.

Muchos de los alumnos que están retrasados en la escuela, lo deben a su inasistencia a la escuela. Esta inasistencia se correlaciona con el poco cuidado paterno y con la carencia de apreciación del verdadero valor de la educación.

Cuando un alumno se desempeña mal en la escuela, puede deberse al grado de motivación, a la interacción entre las personalidades del niño y su profesor. El joven es valorado de acuerdo con su aprovechamiento en las materias de grado escolar; sin tomar en cuenta que hay alumnos que nunca van a ser buenos para algunas materias por lo que sus aptitudes e intereses están dirigidos hacia otra dirección.

Todos los profesores tienen problemas de comportamiento, igual que todos los niños, así que es fácil de entender a un profesor que trata con padres conflictivos, sienten apatía por el hijo de estos y el sentimiento se hace mutuo.

Algunos profesores emplean el método de amenazar o ridiculizar, la coerción, el sarcasmo y la desaprobación para enseñar, en lugar de motivar, obviamente lo hacen con malos tratos.

Muchos factores pueden retardar el progreso de un joven inteligente; los problemas emocionales ocupan un lugar preponderante. El joven que se siente infeliz, tiene un escaso desempeño en la escuela. La inseguridad por cualquier motivo, se deba a fricciones en el hogar, enfermedad de los padres, alcoholismo o algún otro factor, es una causa poderosa de bajo aprovechamiento.

La flojera es otra causa importante, puede deberse a un problema de personalidad o a una falta de interés en las materias del curso o porque la escuela se le hace muy fácil. Algunos alumnos son de pensar lento y se bloquean emocionalmente cuando un profesor trata de apresurarlos, son incapaces de expresarse de modo correcto aunque piensen bien, sueñan despiertos, son tan aficionados a los deportes, presentan problemas sensoriales o impedimentos físicos que

dificultan el aprendizaje, son hiperactivos (no se concentran) algunos se encuentra con sobredosis de medicamentos antiepilépticos, otros por trastornos del aprendizaje o por cualquier enfermedad e incapacidad crónica.

El deterioro del desempeño escolar, puede ser resultado de la interacción de muchos factores: La inseguridad, desnutrición, crueldad en el hogar, epilepsia y por alguna deficiencia a nivel cerebral.

Es inútil culpar al niño o al joven, simplemente y pensar que una vez que el adulto ha preferido la sabia frase “puede hacerlo mejor” ya todo está arreglado sin decir que pasos deben seguirse para ayudarlo.

Un factor determinante del Bajo Rendimiento del alumno es la vagancia; por lo que la frecuencia se eleva de modo considerable con la edad y es menor en la escuela primaria; a la edad de 15 años casi la mitad de todos los alumnos en algunas escuelas faltan. Es mucho más común en varones.

## **EL FRACASO ESCOLAR**

En primer lugar se considera fracasado al alumno cuyas notas son generalmente inferiores a la media; aún cuando la experiencia nos ha hecho presentir que las notas no reflejan exclusivamente el valor objetivo del trabajo, e incluso en algunas ocasiones nos muestran la predisposición del docente corrector, su impulsividad, las variaciones de su humor etc. Sin embargo por muchas razones bien fundamentadas que pudiesen existir, las malas notas son los parámetros que tanto el alumno, su familia y los profesores consideran como el signo del fracaso.

Aunque hay alumnos que fracasan manifiestamente debido a la insuficiencia de sus recursos intelectuales, hay otros a quienes no puede aplicarse esta explicación, su nivel intelectual, adaptación, creatividad, adaptación, creatividad, nivel reflexivo, etc., es una muestra de que son inteligentes pero a pesar de ellos sus resultados son medianos; esta diferencia entre sus posibilidades y su rendimiento es atribuido por sus padres y maestros a la pereza, considerándolo un alumno perezoso; lo que permite descargar en el alumno toda la culpabilidad del fracaso y no garantiza obtener resultados positivos por parte del mismo

Todo esto lo adapta a su personalidad y principalmente en la etapa de la adolescencia, en donde busca su propia identidad, adopta el concepto de perezoso a su autoconcepto



### Factores Pedagógicos:

Existen dos momentos en los que el niño entra en el ciclo del fracaso escolar; el primer momento puede ser durante las primeras adquisiciones básicas, y el segundo después a partir de los nueve o diez años. El fracaso en el curso preparatorio puede estar relacionado con una deficiencia intelectual; en este caso el retraso persistirá posteriormente.

El ingreso en el primer grado de educación básica, no es solo un cambio de año, sino que necesita una modificación en todos los aspectos de la vida de los jóvenes. En efecto la enseñanza en la escuela primaria es impartida por un solo profesor, requiere tareas precisas, poca iniciativa, un ritmo moderado de trabajo; mientras que la enseñanza secundaria, impartida por varios profesores, provocará por este hecho una modificación del grupo, posteriormente del ambiente por relajación de la vigilancia, mayor libertad, un ritmo de trabajo más rápido; esto da lugar a frecuentes fracasos.

La mayoría de los jóvenes que fracasan están sujetos en el círculo vicioso del fracaso y cualquiera que sea su causa inicial, el hecho de fracasar produce habitualmente en él reacciones que dependen sobre todo de su carácter, como apatía, cólera, reacciones contra sus maestros y compañeros, agresividad, inestabilidad, inseguridad, confrontación, sentimientos de inferioridad y por ende baja autoestima.

Se estima que cuando los fracasos en el rendimiento académico se repiten con frecuencia o bien cuando los jóvenes están instalados en un fracaso permanente, la reacción suele ser de indiferencia a veces justificada con una serie de racionalizaciones que alteran muchas veces a padres y educadores.

La vivencia del fracaso escolar se siente como una amenaza, miedo interior, fuente de sufrimiento, de la que es preciso defenderse.

Cuando el aprendizaje se vuelve difícil, el mundo de los adolescentes, es inestable en todos los aspectos, es en la adolescencia cuando la tarea principal es el logro de la identidad y esto provoca desajustes emocionales e inestabilidad, pues se encuentran ensayando diferentes posibilidades de ser. Tiende a preocuparse por su apariencia física y son muy críticos con su físico, lo que los puede volver ansiosos al sentir que no se ajustan al ideal que impone la sociedad. Están desarrollando la capacidad de hacer juicios propios y decidir su conducta por sí mismos, necesitan evaluar de nuevo las reglas, valores y límites que habían aprendido en la familia y en la escuela para ajustarlos a su propia manera de ver la realidad.

Todas las habilidades formadas durante la infancia integran la personalidad, que busca su nuevo papel en la vida adulta y necesita de seguridad en si para lograrlo; no le basta la aprobación y confianza de sus padres, necesitan sentirse aprobados por otros jóvenes iguales y busca ese reconocimiento fuera de su familia, integrándose muchas veces a grupos o pandillas. La rebeldía es una forma de lograr su autonomía e independencia de los adultos, aunque no es en todos los casos, por lo que muchos logran establecer lazos afectivos de respeto y amistad con sus padres.

- La desintegración familiar es causa del Bajo Rendimiento Académico, debido a la falta de apoyo de los padres y del desequilibrio emocional que este origina.
- La carencia de buenos hábitos de estudio, es causante del Bajo Rendimiento Académico en los jóvenes, siendo este un problema que se deriva de una mala formación en los niveles pre-primario y primario.
- La poca comunicación que se establece tanto con padres o maestros por parte de los alumnos, agrandan más sus problemas personales, buscando refugio con compañeros que de una forma les brindan atención y por lo tanto se incrementa el bajo rendimiento académico.
- La carencia de un buen aprestamiento escolar en años anteriores, originan la poca aptitud para el estudio de diversas materias, que conllevan cierto grado de dificultad como la matemática.

Los niveles de frustración social se refleja considerablemente en el rendimiento académico de los alumnos. Siendo el Bajo Rendimiento una forma de protesta ante las dificultades con que se enfrenta diariamente.

## **LAS DIFICULTADES EN EL APRENDIZAJE**

Las dificultades en el aprendizaje también son llamadas disfunciones y discapacidades de aprendizaje; no son más que las alteraciones de los procesos de aprendizaje exclusivos del ser humano (procesos cuaternarios). Cuando estas dificultades se presentan dentro del contexto escolar (aprendizaje social) suelen acompañarse de Bajo Rendimiento Escolar, es decir el rendimiento por debajo de la capacidad del joven, o bien el rendimiento inferior respecto a un grupo en circunstancias semejantes (de salud, edad, ambiente, nivel económico), considerándose que tal problemática está vinculada a cuatro macrofactores que ejercen influencia sobre la misma son: Factores fisiológicos, pedagógicos, sociales y psicológicos.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Sánchez Chavez. Cleotilde Josefina. Factores Emocionales que más inciden en el Bajo Rendimiento Escolar. Tesis de Licenciatura en Psicología.

### Factores Fisiológicos:

Como su nombre lo indica, se refiere al funcionamiento del organismo, especialmente del funcionamiento de las partes que intervienen en el aprendizaje. Cuando el organismo está alterado puede darse una problemática como en el caso de las disfunciones neurológicas que incluyen la disfunción para adquirir los procesos simbólicos (por alteraciones en el desarrollo o por interferencia motora en los niveles corticales), trastornos en la lateralización (que repercute en la percepción y reproducción de símbolos), trastornos perceptivos y del lenguaje.

Pueden darse también las limitaciones para enfrentar adecuadamente las demandas de la escuela por bajo nivel de desarrollo físico y psíquico, lo que se denomina inmadurez y que está asociada la falta de aprestamiento, es decir la falta de ejercitación previa de las habilidades que intervienen en el aprendizaje, la cual limita la disposición del joven para el mismo.

### Factores Pedagógicos:

Que involucran los métodos de enseñanza-aprendizaje, el ambiente escolar, la personalidad y la formación del docente, así como las expectativas de los padres hacia el rendimiento de sus hijos. En Guatemala los métodos de enseñanza aprendizaje no están actualizados (sobre todo en el nivel de educación pública). Personalmente hemos encontrado que los métodos de enseñanza de lecto-escritura más utilizados en las escuelas, son el fonético y el silábico.

### Factores Sociales:

Se refiere a circunstancias ambientales que intervienen en el aprendizaje escolar: Las condiciones económicas y de salud, las actividades de los padres, las oportunidades de estudio y el vecindario; las cuales dan lugar a la deprivación cultural, alcoholismo, y a las limitaciones de tiempo para atender a los hijos.

En cuanto a salud se considera, es un aspecto determinante para que la capacidad de aprendizaje sea óptima. Es de sobra conocida en Guatemala, que las condiciones de salud y nutrición son deficientes, derivado de la situación sociocultural en que se ha desarrollado el país; esto es más observable en las comunidades rurales y de áreas marginales, en donde se padece de manera más intensa.

### Factores Psicológicos:

Los cuales incluyen situaciones de adaptación, emocionalidad y constitución de la personalidad. La primera se refiere a cualquier cambio del organismo que produce un ajuste más eficaz o satisfactoria a las demandas que el medio plantea.

La emocionalidad es decir, las expresiones o estados psíquicos que contienen un fuerte grado de sentimientos (emociones), que casi siempre se acompaña de una expresión motora. Y personalidad la cual se entiende como la integración de características cognoscitivas, afectivas, volitivas y físicas importantes para determinar un ajuste social.

Estos aspectos son determinantes para un logro sin obstáculos de los procesos de aprendizaje, empero a su vez pueden verse influenciadas por circunstancias especiales que en conjunto se van a manifestar en el hacer pedagógico y que son parte de la estructura y dinámica familiar, tales como:

#### a) Circunstancias Familiares Críticas, entre las que podemos enumerar:

- Las situaciones de Duelo: Que producen reacciones diversas en los jóvenes (reacciones que oscilan entre miedo y culpa.
- Los cambios de Domicilio: Por migración o emigración, que en el joven provocan temor a lo desconocido, sintiéndose absorbidos por esta situación, su interés hacia la escolaridad disminuye ya que, con frecuencia el joven se retrae como defensa ante la sociedad que le provoca.
- Quebranto Económico: Es otro tipo de situaciones que afectan a la familia, especialmente a los hijos, quienes comparten la angustia de sus padres sintiéndose incapaces de ayudarlo; en tales circunstancias la conducta de los padres altera y la comunicación con los jóvenes se perturba, lo que refuerza la ansiedad de éstos afectando su rendimiento escolar.
- Matrimonios Separados: En menor o mayor grado afecta a todos los miembros de una familia; pueden experimentarse emociones básicas.

#### b) Configuraciones Familiares Patológicas: Su riesgo es mayor que el de las mencionadas, en estas el problema del joven es un síntoma de la patología de sus padres.

Familias invertidas, agotadas o sobretrabajadas, intelectuales, hiper-emotivas o explosivas, ignorantes.

#### c) Patología de los Padres: Las características de personalidad de uno o ambos padres, son factores precipitantes para que el joven evidencie la problemática.

## **CRECIMIENTO PERSONAL**

Los y las jóvenes en la actualidad deben enfrentarse a un mundo que plantea cada vez más retos. La competitividad que existe en el medio los impulsa a tener mejor preparación, pero al mismo tiempo puede empujarlos a olvidar los valores y los principios morales que constituyen la base de la familia y la sociedad.

Para encaminarse en la ruta de la superación personal, dentro de un clima de respeto y responsabilidad que promueva una convivencia pacífica con otras personas, es indispensable que desarrollen estrategias de crecimiento emocional y ético.

Lo que hace que una persona viva con energía y entusiasmo, que tenga la capacidad de dar, para ser ella mismo y para enfrentar los problemas y los retos de la vida con una actitud positiva, es haber logrado un adecuado crecimiento personal y emocional.

### **ACTITUDES POSITIVAS:**

A menudo estamos preocupados por los problemas que enfrentamos a diario, que olvidamos explorar en nuestro interior y permanecemos sin descubrir todos los tesoros y recursos con los que contamos. Adoptamos una tendencia a prestar atención únicamente a las cosas que van mal. Culpamos a todos de lo que nos pasa a nuestros padres, a nuestros amigos, a nuestras parejas o hijos. Nos cuesta aceptar la responsabilidad personal que tenemos en nuestros éxitos o fracasos y en la posibilidad de tomar el control de nuestras vidas para ser mejores cada vez. Es importante hacer un esfuerzo orientado a enseñar a nuestros niños y adolescentes los mecanismos que les permita adoptar una actitud positiva, de optimismo y confianza ante la posibilidad de conquistar su mundo y ser mejores personas.

Diversos estudios muestran que en ese proceso, la autoestima es la base sobre la que se construyen una serie de aprendizajes relacionados con el autocontrol y la autodeterminación. El desarrollo de destrezas internas y de habilidades para relacionarse con los demás son elementos importantes del crecimiento personal.

## **LA AUTOESTIMA:**

“Existen diferentes definiciones de autoestima, sin embargo se acepta que autoestima es lo que sentimos y pensamos acerca de nosotros mismos”.<sup>5</sup> Muchas veces las personas ponen su valor en cosas externas como su imagen física, en los bienes materiales, en la posición social, en el rendimiento del trabajo o en los estudios. Si por alguna razón pierden el atributo o las cosas materiales en las que están limitando su autoestima, sienten que con ello han perdido todo su valor como personas. Por esa razón es muy importante fomentar en los niños, desde muy pequeños, el desarrollo de una autoestima fuerte y saludable.

## **COMO SE FORMA LA AUTOESTIMA:**

La autoestima se forma desde que somos muy pequeños y la imagen que vamos a formándonos de nosotros mismos se va construyendo de los mensajes que recibimos de nuestros padres y de lo que nos rodea. Lo que nos dicen nuestros maestros, familiares y amigos se van grabando y se van formando patrones o esquemas que nos sirven de parámetros para medir a otros y a nosotros mismos.

Desafortunadamente muchas veces los mensajes que grabamos no son los más positivos y esto afecta la confianza y la sensación de seguridad que podamos sentir. Si los padres, madres u otros adultos que cuidan a los niños, se expresan en forma agresiva, utilizan crítica destructiva o los tratan con descuido, las heridas en la autoestima serán profundas. Por eso es importante tener cuidado con algunas conductas que es importante evitar.

- Dar el amor en forma condicionada
- Reprobar a la persona en vez de la conducta o la acción
- Castigar o regañar con demasiada frecuencia o ser inconsistente
- Sobreproteger

En la formación de la autoestima también influyen los maestros y otras figuras de autoridad. Si el maestro se burla del alumno o le pone apodos denigrantes, los resultados pueden ser muy negativos.

Es difícil que podamos evitar del todo ciertos mensajes negativos, pero si crecemos en un ambiente nutritivo donde se nos quiere incondicionalmente, no por lo que hacemos sino porque

---

<sup>5</sup> Universidad Mariano Galvez. Ministerio de Educación de Guatemala. Programa Nacional de Educación Cívica y Valores. Enero de 1,999

existimos como seres únicos; si somos aceptados aun con nuestras debilidades y si se nos anima con la confianza de que somos capaces de lograr nuestras metas, lo más probable es que desarrollemos una autoestima saludable.

### **LAS PERSONAS CON UNA AUTOESTIMA SALUDABLE:**

- Son menos vulnerables a las opiniones negativas de otros.
- Muestran confianza en si mismos y en su capacidad para lograr lo que se proponen.
- Reconocen sus valores morales y pueden defenderlos y actuar en consecuencia a pesar de las presiones externas.
- Poseen más entereza para enfrentar positivamente las crisis y las situaciones difíciles.
- Se reponen con más facilidad de los reveses de la vida.
- Están más dispuestos a aceptar retos.
- No le temen a los cambios y se adaptan con más facilidad.
- Pueden cometer errores sin sentir que pierden valor como personas.
- Son capaces de valorar a otros sin hacer comparaciones.
- Reconocen sus necesidades y pueden trabajar para satisfacerlas dentro de un marco de respeto a las necesidades de los demás.
- Piensan que la posibilidad de triunfar está en sus manos y no depende de la suerte o de la casualidad.
- Pueden definir metas realizables y luego esforzarse para alcanzarlas.
- Reconocen sus habilidades y puntos fuertes, y están dispuestos a aprovecharlos para lograr lo que se proponen.
- Se alegran de sus éxitos y celebran sus logros sin falsas modestias.
- Aceptan cumplidos con una sonrisa en los labios.
- Reconocen sus debilidades y puntos fuertes sin desvalorizarse por ellos.
- Poseen la energía necesaria para asumir una posición de aprender y ser mejores.
- Son capaces de asumir responsabilidad personal de lo que piensan, sienten o hacen y aceptan las consecuencias derivadas de ello.
- Tienen criterio propio y no se dejan influenciar fácilmente para hacer cosas que no están de acuerdo con sus valores.
- Se sienten satisfechos con su cuerpo y sus características físicas aun cuando pueden desear mejorar alguna cosa.

- Son capaces de relacionarse adecuadamente con otras personas, sin sentirse menos o más que otros.
- Asumen una posición de aceptación hacia sí mismos y hacia otras personas.
- En general se sienten felices y tienen una actitud positiva hacia la vida.

Esto nos da una idea de que tan importante es tener una alta autoestima y por que es la base del desarrollo personal y moral. La introyección de los valores a nivel de pensamiento no es suficiente si no se integran y si no se ponen en práctica en las actitudes y en las relaciones con otros.

La autoestima de acuerdo con Al Siebert, tiene tres componentes que están íntimamente relacionados entre sí:

### **AUTOVALORACIÓN:**

Implica valorarnos a nosotros mismos. Muchas veces las personas ponemos el valor en lo que hacemos o lo que tenemos. Ambas posiciones pueden llevarnos a tener una baja autoestima. Hay personas que ponen el valor en su capacidad para sacrificarse, para ser efectivas o para triunfar. No pueden darse el lujo de descansar o de poner atención a sus necesidades porque tienen la idea de que en el momento en que dejen de hacer lo que hacen tan eficientemente, en ese momento su valor disminuirá ante los demás y ante sí mismas.

En los niños y los jóvenes esta falta de autovaloración positiva puede ser muy peligrosa pues lo hace vulnerables a las influencias de otros. Ceden fácilmente a las presiones de grupo y no desarrollan un criterio personal para tomar decisiones adecuadas. Por otra parte como no se valoran a sí mismos ni a su cuerpo, pueden tener conductas autodestructivas como arriesgarse en situaciones de peligro, volverse promiscuos, consumir drogas, o permiten que otros abusen de ellos. Pueden llegar a cometer actos delictivos o que van en contra de sus valores, únicamente para ser aceptados por su grupo, pues en ello basan su valor.

Es importante darse cuenta de que valemos porque existimos, porque somos seres únicos, capaces de amar y ser amados, no por lo que hacemos o lo que tenemos. Reconocer nuestro valor intrínseco es una parte importante de la autoestima y del desarrollo de valores como el autorrespeto y la responsabilidad hacia nosotros mismos.



## **AUTOCONFIANZA:**

Se refiere a la idea que tenemos de nuestra capacidad o habilidad para hacer bien algo. Las personas que carecen de autoconfianza piensan que no podrán hacer nada bien, se enfrentan a la vida con la sensación de que no son lo suficientemente inteligentes o preparados, o que no tienen los conocimientos necesarios. No importa cuanto estudien o cuanto practiquen, se sienten inseguras y temen al fracaso, no son capaces de identificar sus habilidades y fortalezas, sienten que no pueden confiar en su capacidad para salir adelante; tienden a sufrir un estado de ansiedad paralizante cuando deben enfrentarse a situaciones nuevas y ello les lleva a evitar cambios y a huir de situaciones que implican un riesgo o un reto. Esta actitud suele conducir a situaciones de fracaso que fortalecen la actitud de miedo y desconfianza estableciéndose un círculo vicioso sumamente negativo.

La autoconfianza se deriva del hecho de aprender a reconocer nuestras fortalezas y debilidades en su justa perspectiva. Es importante darnos cuenta de que como seres humanos que tenemos cualidades y defectos y de que los errores que podamos cometer no nos hacen menos valiosos; por el contrario pueden ser oportunidades de aprender y ser mejores cada vez.

## **AUTOCONCEPTO:**

Se refiere a la idea que tenemos de quienes somos, como nos percibimos a nosotros mismos y como pensamos que nos ven los demás; con esto podemos desarrollar una mala autoimagen y eso nos hace pensar que los demás también nos ven negativamente.

Las personas con una mala autoimagen tienden a hablar negativamente de si mismas, les cuesta aceptar cumplidos y con facilidad se sienten culpables de los incidentes que ocurren a su alrededor, tienen dificultad para pedir ayuda y para recibirla cuando alguien se las ofrece y suelen privarse innecesariamente de comodidades; se sienten poco atractivas y suelen compararse continuamente con los demás. Como resultado de estas creencias, asumen actitudes negativas hacia otros, se muestran poco aceptantes y críticos, muestran dificultad para alegrarse por los éxitos de otros y pueden desarrollar sentimientos de envidia; algunas veces necesitan apachar a otros para sentirse mejor.

La mala autoimagen o un concepto inadecuado de si mismos, lleva a los niños y adolescentes a tener dificultad en sus relaciones interpersonales a ser envidiosos y egoístas, los lleva a privarse de una vida activa y satisfactoria porque tienden a aislarse por temor a ser rechazados.

## **CAPITULO II**

### **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

Con base a los objetivos planteados, se procedió a estudiar a un grupo de 31 adolescentes procedentes de la colonia la Comunidad, del municipio de Mixco, de esta ciudad.

Debido a referencias manifestadas por la orientadora de la institución, se dio inicio a la aplicación de pruebas proyectivas para comprobar la existencia y la magnitud del problema antes referido.

### **POBLACIÓN:**

La población objeto de estudio fue de treinta y un adolescente, diecinueve mujeres, el cual representado por el 61% y doce hombres, correspondiente al 39% de la población, comprendidos entre trece y dieciséis años, que asisten al primer año del nivel básico, sección A, del colegio Mixto El Manantial, del municipio de Mixco. Los alumnos de dicho colegio son procedentes de áreas aledañas a la colonia, pertenecientes al nivel socioeconómico bajo, en su mayoría de hogares integrados y con diversidad de religiones.

Dicha población manifiesta problemas de conducta, como apatía hacia algunas materias, impuntualidad y desinterés en la entrega de tareas, escasa participación en clase, bajas notas, poca relación con los maestros, inasistencia e incluso deserción escolar.

Con un nivel bajo en cuanto se refiere a la utilización de hábitos de estudio, determinado por la pre-evaluación a través del Inventario de Hábitos de Estudio.

La forma de recolectar información proporcionado por los sujetos de la investigación, se realizó a través de:

### **TÉCNICA DE MUESTREO:**

Se aplicó la técnica de muestreo “Aleatorio” entre dos secciones del primer año básico, tomándose como base el nivel de bajo rendimiento que estos presentaban, el horario de clase inicial para captar la atención de los mismos y por referencias de la orientadora de la institución.

### **OBSERVACIÓN DIRECTA:**

Es el estudio específico de las personas en ambientes de la vida real, para obtener información con respecto al funcionamiento realista, sin intentar manipular la conducta.

Esta técnica se mantuvo en toda la ejecución del proyecto, para ir evaluando los cambios surgidos a través de todo el proceso de la investigación.

### **ENTREVISTA ESTRUCTURADA:**

Las entrevistas pueden considerarse como observaciones participativas, porque el entrevistador es un terapeuta, observador y participante a la vez.

Es una técnica que sirve para recabar información sobre aspectos de la personalidad, que orientan en cierto modo el proceso de atención al entrevistado.

Ambas técnicas recabaron información de cada uno de los adolescentes, que presentaron Bajo Rendimiento Académico, para conocer aspectos de su vida personal y escolar.

La técnica de la entrevista se utilizó como preámbulo, de modalidad individual, sin límite de tiempo, con el objetivo de obtener información general de los adolescentes, y para conocer las diferentes necesidades de estos.

### **PROGRAMA PSICOPEDAGÓGICO:**

Este programa consistió en el abordamiento de la aplicación de técnicas para elevar la Autoestima e implementar Hábitos de Estudio en los estudiantes.

Las técnicas fueron aplicadas a través de diferentes talleres, enfocados hacia la formación personal y académica del adolescente; algunos de modalidad individual y otros grupal. En un promedio de dos días a la semana,

Se contó con la supervisión adecuada y necesaria de la orientadora de la institución

### **EL TEST INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO:**

Es una lista de evaluación de los hábitos y las actitudes frente al estudio, que presentan en diferentes proporciones, grupos de estudiantes de secundaria, de alto y bajo rendimiento. Su aplicación y corrección es muy sencilla.

Esta prueba fue aplicada al inicio del programa, en una sola sesión, sin límite de tiempo, de modalidad grupal, con el propósito de evaluar el auto concepto del adolescente.

**El inventario de hábitos de estudio, pretende un simple propósito:**

Diagnosticar la naturaleza y grado de los hábitos, actitudes o condiciones con que el estudiante se enfrenta a su específica tarea de estudio.

En definitiva se pretende ayudar al estudiante en su trabajo ESTUDIAR proporcionándole fórmulas concretas de actuación.

**Su evaluación es mediante cuatro escalas fundamentales y una adicional:**

Condiciones Ambientales del Estudio

Planificación del Estudio

Utilización de Materiales

Asimilación de Contenidos

Sinceridad (escala adicional)

**ESCALA DE AUTOESTIMA EAE:**

Escala de origen francés creada para aportar elementos de información sobre los sujetos examinados, cualquiera que sea su nivel económico, social o intelectual. Fue estandarizada y adaptada a la población guatemalteca. Por tanto no se disponga de otros criterios específicos, puede ser aplicada en general a cualquier muestra.

Esta prueba fue aplicada al inicio del programa, en una sola sesión, sin límite de tiempo, de modalidad grupal, con el propósito de evaluar el auto concepto del adolescente.

**Dicha escala presenta varias ventajas de las cuales se pueden mencionar:**

Los items entre los que tiene que elegir son igualmente interesantes para el sujeto, con el objeto de evitar el defecto en los que ciertas respuestas son sistemáticamente omitidas por el sujeto, por considerarlas desfavorables.

La escala es accesible y no representa ninguna dificultad para sujetos de nivel intelectual bajo. Su aplicación y corrección es muy rápida. La prueba de Auto Estima está formada por nueve escalas o rasgos de comportamiento.

Se considera de importancia la relación con el rendimiento académico las escalas 1,3,5,7,9, debido a que se relacionan directamente con disponibilidad para el éxito en las diversas actividades; mismas que se describen a continuación:

1. Energía y Dinamismo:

Nos informa sobre la apreciación realizada por la persona sobre su propio tono sin tomar en cuenta su actividad y su aprecio al trabajo.

3. Tenacidad:

Se manifiesta en el comportamiento, que se muestra en la determinación y obstinación del esfuerzo para triunfar.

5. Ambición y confianza en si mismo:

Aparece como estabilidad, que ahoga los deseos de dominio de los demás.

7. Optimismo:

Se mide por el grado de aptitud para ver las cosas por su lado favorable. Es el color que damos a las cosas, cuando nos ponemos en contacto con ellas.

9. Ponderación:

Mide el umbral de tolerancia y paciencia del sujeto.

**TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS:**

El tipo de investigación que se realizó, fue de tipo “Diseño”. La cual permitió crear y ejecutar un programa formativo de prevención, donde se apoyó al adolescente estudiante, en su etapa de cambio biopsicosocial. a través de técnicas y procedimientos de acuerdo a su problemática y necesidades.

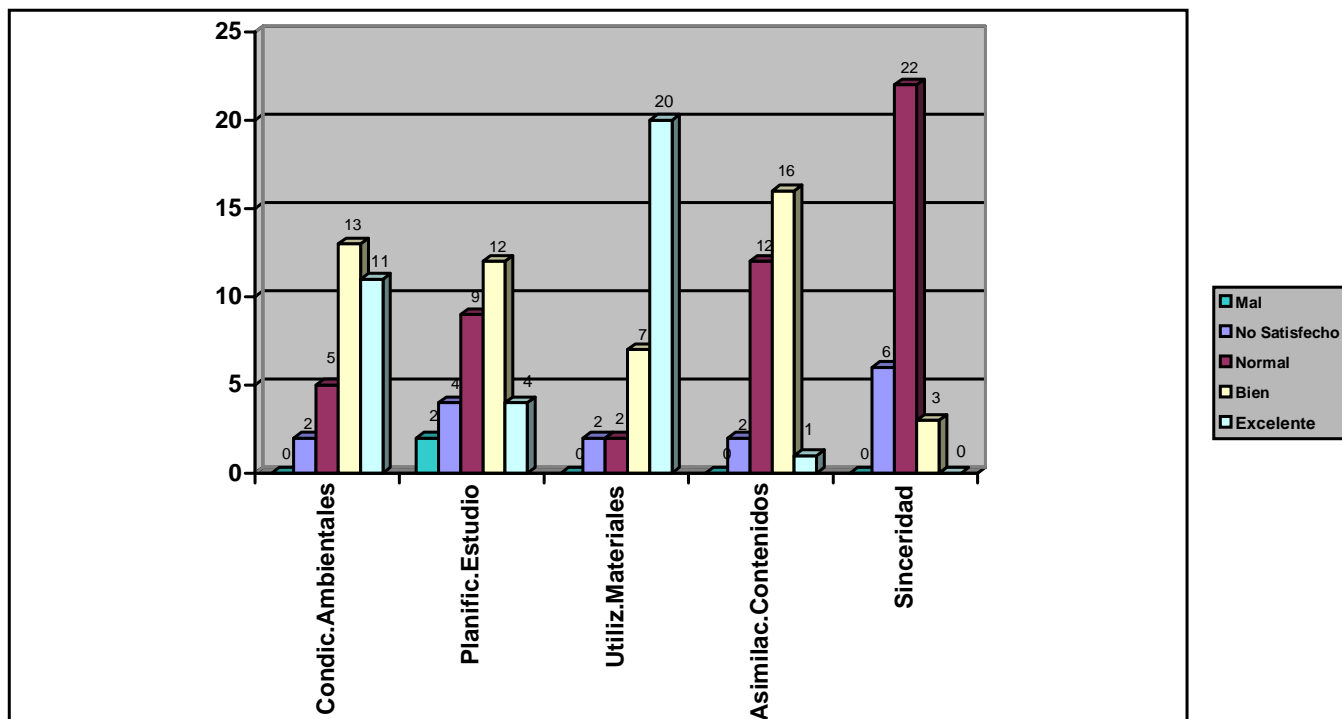
### CAPITULO III

#### PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Para llegar a la anterior determinación, se describen a continuación los resultados manifestos por ambas poblaciones con relación a los estimados por la Escala de Auto Estima y Hábitos de Estudios; se representa todo en forma de gráficas, para facilitar la comprensión de los resultados y por ende el juicio del lector.

#### RESULTADOS POR ESCALA DEL TEST DE HABITOS DE ESTUDIO APLICADO A LOS ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE 1ero. BÁSICO DEL COLEGIO MIXTO EL MANANTIAL, DEL MUNICIPIO DE MIXCO.

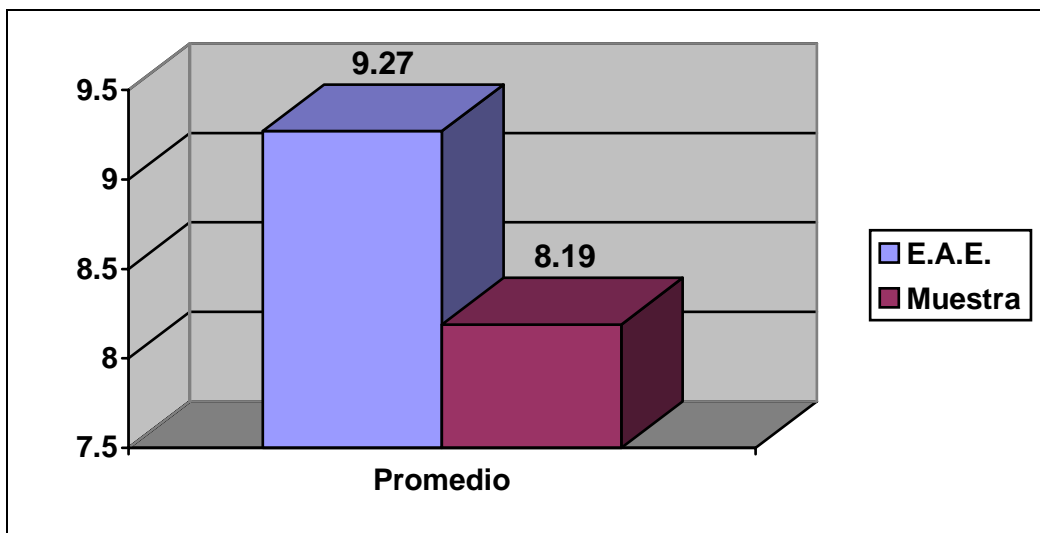
GRAFICA No. 1



El test de Hábitos de Estudio proyectó, que los estudiantes manifestaron cierta dificultad en las escalas de Condiciones Ambientales y en la Planificación de Estudio, sin embargo en las demás escalas, se ubican dentro de la norma.

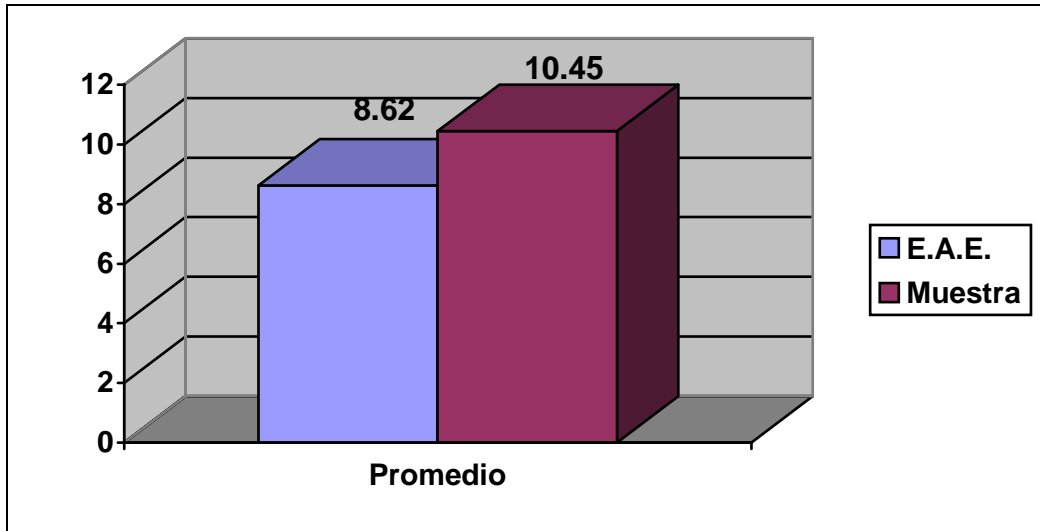
**RESULTADOS POR ESCALA DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE  
APLICADO A LOS ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE 1ero. BÁSICO DEL  
COLEGIO MIXTO EL MANANTIAL, DEL MUNICIPIO DE MIXCO.**

**GRAFICA NO. 1  
ESCALA DE ENERGÍA Y DINAMISMO  
DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



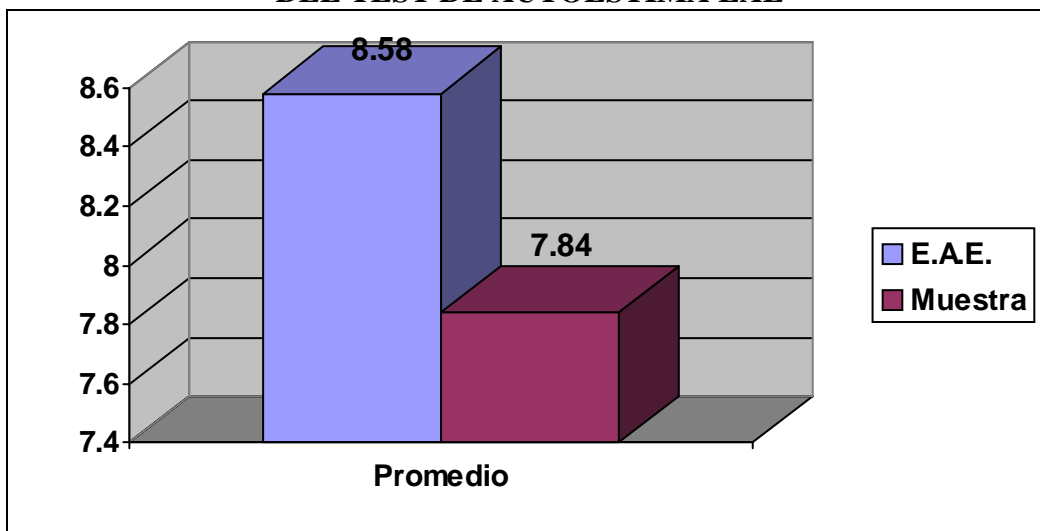
La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por debajo de la media dentro del límite promedio, con relación al nivel de energía y dinamismo proyectado.

**GRAFICA NO. 2**  
**ESCALA DE SOCIABILIDAD**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE.**



La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por arriba de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de sociabilidad; por lo que proyectan tener un buen nivel de sociabilidad.

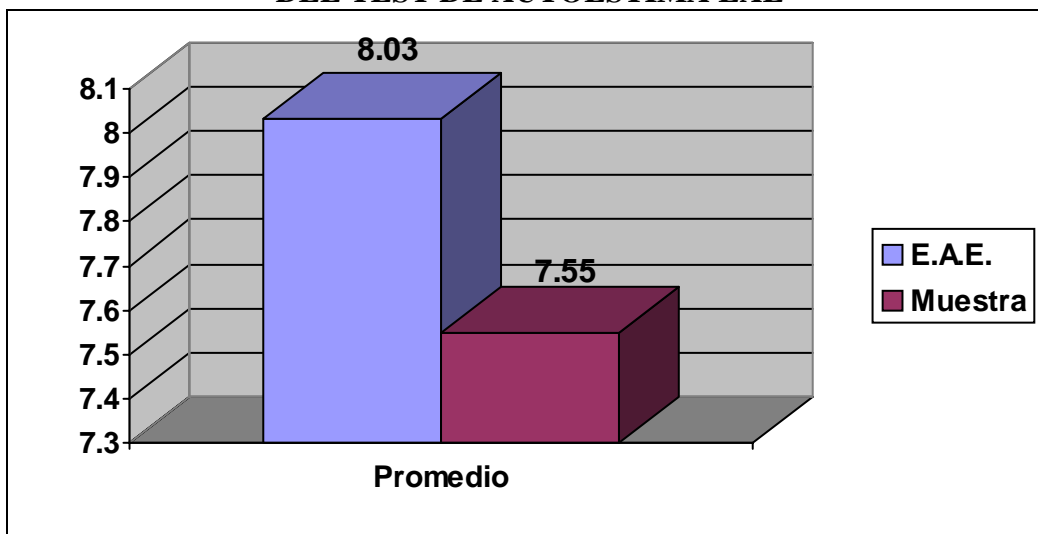
**GRAFICA NO. 3**  
**ESCALA DE TENACIDAD**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por debajo de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de tenacidad.

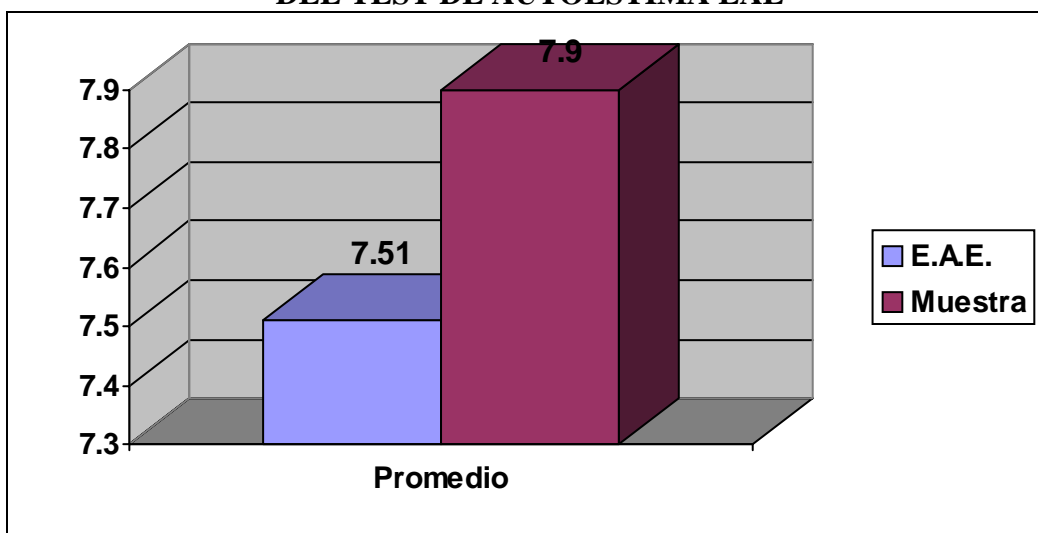


**GRAFICA NO. 4**  
**ESCALA DE INTELIGENCIA SOCIAL**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



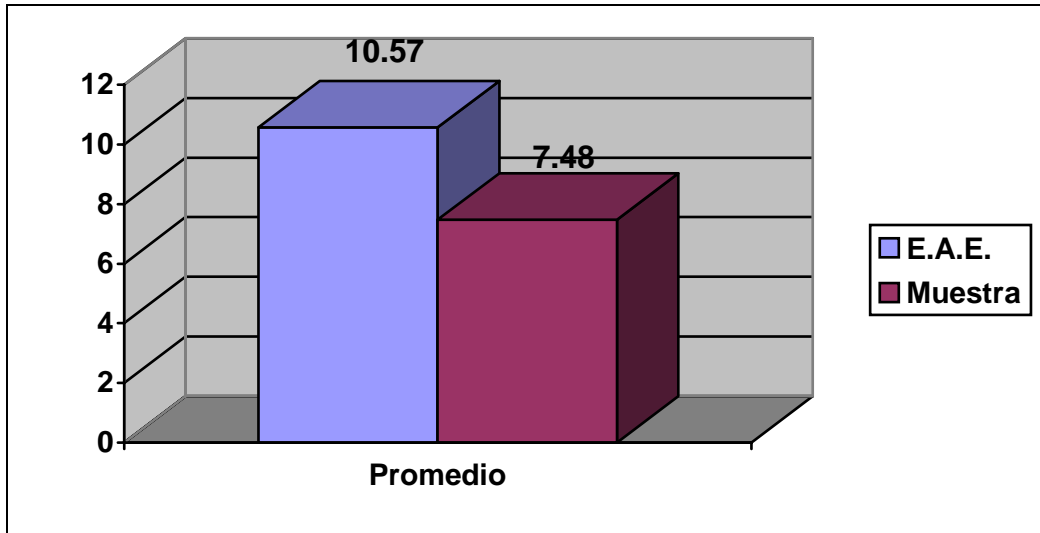
La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por debajo de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de inteligencia social.

**GRAFICA NO. 5**  
**ESCALA DE AMBICION Y CONFIANZA EN SI MISMO**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



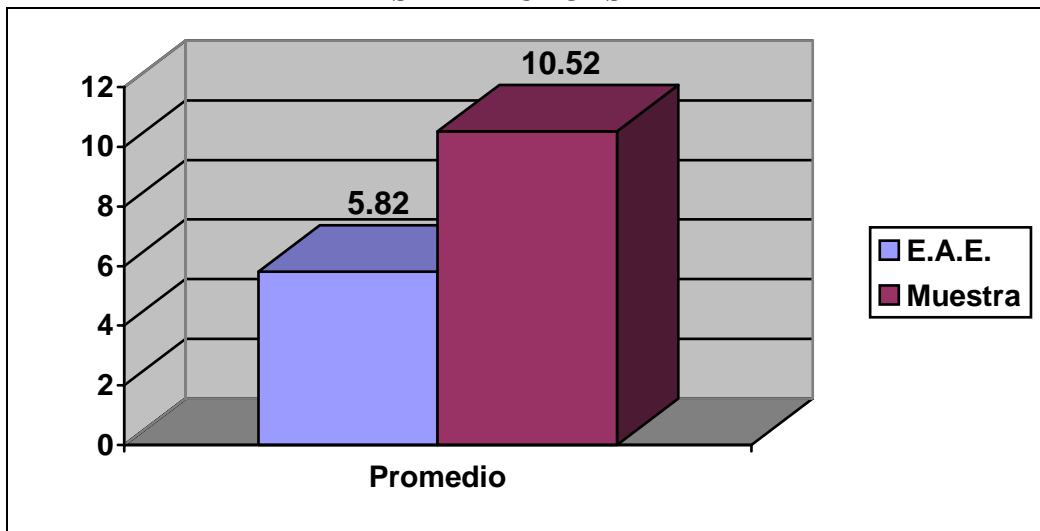
La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por arriba de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de ambición y confianza en si mismo.

**GRAFICA NO. 6**  
**ESCALA DE REFLEXION Y CIRCUNSPECCIÓN**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



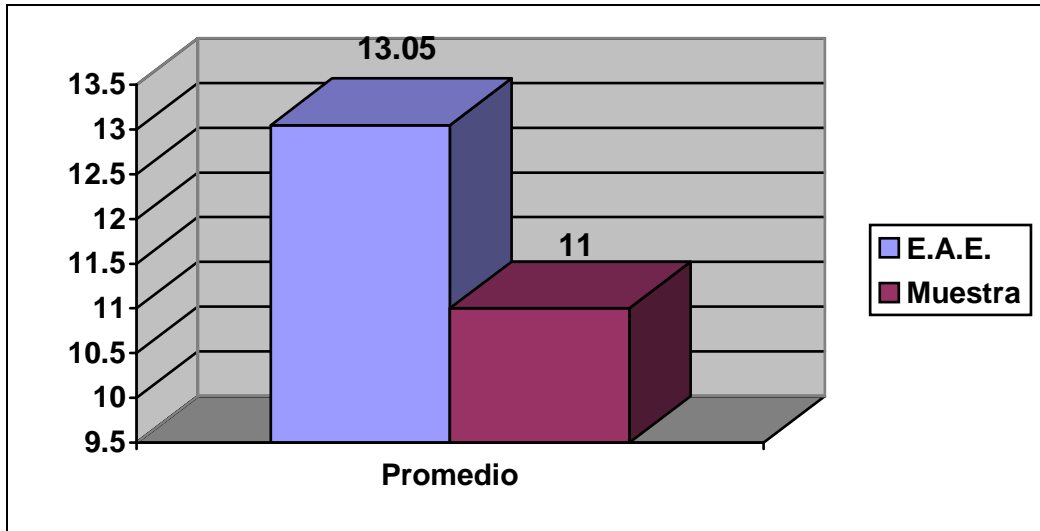
La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por debajo de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de reflexión y circunspección.

**GRAFICA NO. 7**  
**ESCALA DE OPTIMISMO.**  
**DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



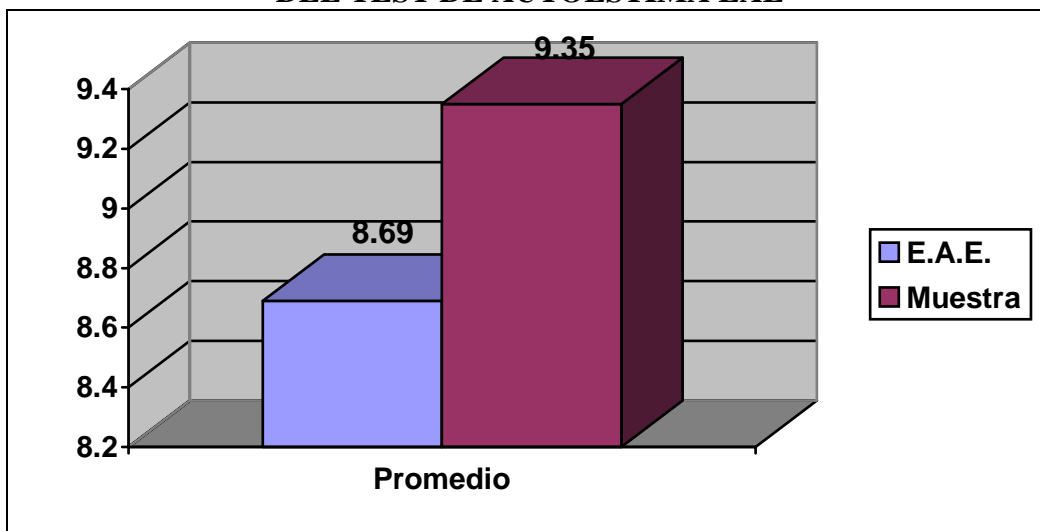
La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por arriba dentro del limite promedio con relación al nivel de optimismo.

**GRAFICA NO. 8  
ESCALA DE SINCERIDAD  
DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por debajo de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de sinceridad.

**GRAFICA NO. 9  
ESCALA DE PONDERACIÓN  
DEL TEST DE AUTOESTIMA EAE**



La muestra representativa del bajo rendimiento, se encuentra por arriba de la media dentro del limite promedio con relación al nivel de ponderación.

## **CAPITULO IV**

### **CONCLUSIONES**

1. El desarrollo del programa psicopedagógico para la prevención del bajo rendimiento académico si ayudó a disminuir en cierta forma los problemas que lo originan en la población adolescente; Observándose cambios evidentes en la conducta de los jóvenes, en la integración y participación del grupo, en la entrega puntual de las tareas, en la asistencia a clases y por ende en el rendimiento académico, significativamente más en las adolescentes mujeres; quienes manifestaron más interés y colaboración, participando en la entrega de tareas en clase, exposiciones y en trabajos de grupo, en la realización del programa.
2. Se logró cumplir a cabalidad la planificación, aunque fue adaptada al nivel académico y cultural y al ritmo de trabajo de los adolescentes estudiantes, quienes no cuentan con la habilidad de trabajar en equipo pero si en las acostumbradas actividades magistrales.
3. El tiempo determinado para la ejecución del proyecto de investigación, se prolongó por dos meses más de lo establecido, por la realización de actividades culturales y deportivas, propias de la institución.
4. La confianza en si mismos, es un factor que se ve afectado en la población objeto de estudio, por lo que no cuentan con la debida motivación y comprensión, de su familia ni de la institución; si en cambio prohibiciones, castigos, restringiones, ofensas etc. cuando estos manifiestan su inconformidad, o cuando no responden de la manera esperada por los adultos.
5. La prueba de Hábitos de Estudio proyectó, que los estudiantes se ubican dentro del nivel normal bajo, en la escala de utilización adecuada de materiales, en la asimilación de contenidos y en cuanto a la sinceridad con que contestaron el cuestionario.

6. En cuanto se refiere a la escala de Autoestima EAE, los estudiantes se encuentran en la media en las escalas de Sociabilidad, Ambición y Confianza en si Mismo, Optimismo y en la escala de Ponderación.

## RECOMENDACIONES

1. Proponer a la institución el programa de Prevención del Bajo Rendimiento Académico, integrando a los padres de familia y maestros para ofrecerle un ambiente saludable al alumno tanto dentro como fuera del establecimiento.
2. Debe organizarse y planificar las tareas académicas, acorde a los intereses y capacidades de los alumnos, creando un ambiente favorable en el que el alumno experimente la suficiente confianza en si mismo y logre un avance significativo en su rendimiento.
3. La Autoestima debe ser estimulada constantemente en los alumnos, sin importar el rendimiento académico que presenten, tomando en cuenta la conducta del adolescente, con mucha discreción y tolerancia.
4. Mejorar la comunicación entre el claustro de maestros y orientadora, con el fin de unificar criterios en cuanto a la asignación de tareas; tratando de evitar los excesos para no provocar sentimientos de frustración en los estudiantes, al no lograr el rendimiento esperado.
5. Es importante escuchar, comprender, y apreciar las aptitudes especiales en cada uno de los jóvenes; sin importar su rendimiento escolar ni su comportamiento;  
Al escucharlos podremos saber lo que piensan y con ello brindarles una mejor orientación, para que su imagen no se vea afectada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- 1) Rocheblave, Anne Marie-Apenlé  
El Adolescente y su Mundo  
Barcelona  
Editorial Herder 1980  
309 Pp.
- 2) Hurlock, Elizabeth B.  
Psicología de la Adolescencia  
Ediciones Paidos  
624 Pp.
- 3) Papalia, Diane E.- Wendkos Olds, Sally  
Psicología del Desarrollo de la Infancia a la Adolescencia  
Quinta Edición  
662 Pp.
- 4) Ajuriaguerra de, Julia  
Manual de Psiquiatría Infantil  
Cuarta Edición  
Barcelona-México 1983  
984 Pp.
- 5) Repetto, Elvira  
Teoría y procesos de la Orientación  
Tercera Edición. 1988  
319 Pp.

- 6) Johson, David W.  
Psicología de la Educación  
Editorial Kapelusz  
345 Pp.
- 7) Echeverría Obrego, Irma Leticia  
Rendimiento Escolar y su Incidencia en la Autoestima  
Tesis de Graduación Licenciatura (013-868)  
Escuela de Ciencias Psicológicas USAC 1999
- 8) Sánchez Chávez, Cleotilde Josefina  
Figueroa, Rodríguez, Mildred Ninnette  
Factores Emocionales que más Inciden en el Bajo Rendimiento Escolar  
Tesis de Graduación Licenciatura (013-324)  
Escuela de Ciencias Psicológicas USAC 1998
- 9) Nérici, Imideo G.  
Introducción a la Orientación Escolar  
Editorial Kapelusz 1996  
128 Pp.
- 10) Illingworth, Ronald S.  
El Niño Normal  
Cuarta Edición  
Manual Moderno  
473 Pp.
- 11) Universidad Mariano Galvez  
Ministerio de Educación de Guatemala  
Programa Nacional de Educación Cívica y Valores  
Enero 1,999



# **ANEXOS**



## INVENTARIO DE HABITO DE ESTUDIO

Apellido y nombre: \_\_\_\_\_ Año: \_\_\_\_\_ Ciudad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_  
Institución: \_\_\_\_\_

### PERFIL

Item	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVIII	XIX	XX	XXI	XXII	XXIII	XXIV	XXV	XXVI	XXVII	XXVIII	XXIX	XXX	XXXI	XXXII	XXXIII	XXXIV	XXXV	XXXVI	XXXVII	XXXVIII	XXXIX	XL	XL1	XL2	XL3	XL4	XL5	XL6	XL7	XL8	XL9	XL10	XL11	XL12	XL13	XL14	XL15	XL16	XL17	XL18	XL19	XL20	XL21	XL22	XL23	XL24	XL25	XL26	XL27	XL28	XL29	XL30	XL31	XL32	XL33	XL34	XL35	XL36	XL37	XL38	XL39	XL40	XL41	XL42	XL43	XL44	XL45	XL46	XL47	XL48	XL49	XL50	XL51	XL52	XL53	XL54	XL55	XL56	XL57	XL58	XL59	XL60	XL61	XL62	XL63	XL64	XL65	XL66	XL67	XL68	XL69	XL70	XL71	XL72	XL73	XL74	XL75	XL76	XL77	XL78	XL79	XL80	XL81	XL82	XL83	XL84	XL85	XL86	XL87	XL88	XL89	XL90	XL91	XL92	XL93	XL94	XL95	XL96	XL97	XL98	XL99	XL100	XL101	XL102	XL103	XL104	XL105	XL106	XL107	XL108	XL109	XL110	XL111	XL112	XL113	XL114	XL115	XL116	XL117	XL118	XL119	XL120	XL121	XL122	XL123	XL124	XL125	XL126	XL127	XL128	XL129	XL130	XL131	XL132	XL133	XL134	XL135	XL136	XL137	XL138	XL139	XL140	XL141	XL142	XL143	XL144	XL145	XL146	XL147	XL148	XL149	XL150	XL151	XL152	XL153	XL154	XL155	XL156	XL157	XL158	XL159	XL160	XL161	XL162	XL163	XL164	XL165	XL166	XL167	XL168	XL169	XL170	XL171	XL172	XL173	XL174	XL175	XL176	XL177	XL178	XL179	XL180	XL181	XL182	XL183	XL184	XL185	XL186	XL187	XL188	XL189	XL190	XL191	XL192	XL193	XL194	XL195	XL196	XL197	XL198	XL199	XL200	XL201	XL202	XL203	XL204	XL205	XL206	XL207	XL208	XL209	XL210	XL211	XL212	XL213	XL214	XL215	XL216	XL217	XL218	XL219	XL220	XL221	XL222	XL223	XL224	XL225	XL226	XL227	XL228	XL229	XL230	XL231	XL232	XL233	XL234	XL235	XL236	XL237	XL238	XL239	XL240	XL241	XL242	XL243	XL244	XL245	XL246	XL247	XL248	XL249	XL250	XL251	XL252	XL253	XL254	XL255	XL256	XL257	XL258	XL259	XL260	XL261	XL262	XL263	XL264	XL265	XL266	XL267	XL268	XL269	XL270	XL271	XL272	XL273	XL274	XL275	XL276	XL277	XL278	XL279	XL280	XL281	XL282	XL283	XL284	XL285	XL286	XL287	XL288	XL289	XL290	XL291	XL292	XL293	XL294	XL295	XL296	XL297	XL298	XL299	XL300	XL301	XL302	XL303	XL304	XL305	XL306	XL307	XL308	XL309	XL310	XL311	XL312	XL313	XL314	XL315	XL316	XL317	XL318	XL319	XL320	XL321	XL322	XL323	XL324	XL325	XL326	XL327	XL328	XL329	XL330	XL331	XL332	XL333	XL334	XL335	XL336	XL337	XL338	XL339	XL340	XL341	XL342	XL343	XL344	XL345	XL346	XL347	XL348	XL349	XL350	XL351	XL352	XL353	XL354	XL355	XL356	XL357	XL358	XL359	XL360	XL361	XL362	XL363	XL364	XL365	XL366	XL367	XL368	XL369	XL370	XL371	XL372	XL373	XL374	XL375	XL376	XL377	XL378	XL379	XL380	XL381	XL382	XL383	XL384	XL385	XL386	XL387	XL388	XL389	XL390	XL391	XL392	XL393	XL394	XL395	XL396	XL397	XL398	XL399	XL400	XL401	XL402	XL403	XL404	XL405	XL406	XL407	XL408	XL409	XL410	XL411	XL412	XL413	XL414	XL415	XL416	XL417	XL418	XL419	XL420	XL421	XL422	XL423	XL424	XL425	XL426	XL427	XL428	XL429	XL430	XL431	XL432	XL433	XL434	XL435	XL436	XL437	XL438	XL439	XL440	XL441	XL442	XL443	XL444	XL445	XL446	XL447	XL448	XL449	XL450	XL451	XL452	XL453	XL454	XL455	XL456	XL457	XL458	XL459	XL460	XL461	XL462	XL463	XL464	XL465	XL466	XL467	XL468	XL469	XL470	XL471	XL472	XL473	XL474	XL475	XL476	XL477	XL478	XL479	XL480	XL481	XL482	XL483	XL484	XL485	XL486	XL487	XL488	XL489	XL490	XL491	XL492	XL493	XL494	XL495	XL496	XL497	XL498	XL499	XL500	XL501	XL502	XL503	XL504	XL505	XL506	XL507	XL508	XL509	XL510	XL511	XL512	XL513	XL514	XL515	XL516	XL517	XL518	XL519	XL520	XL521	XL522	XL523	XL524	XL525	XL526	XL527	XL528	XL529	XL530	XL531	XL532	XL533	XL534	XL535	XL536	XL537	XL538	XL539	XL540	XL541	XL542	XL543	XL544	XL545	XL546	XL547	XL548	XL549	XL550	XL551	XL552	XL553	XL554	XL555	XL556	XL557	XL558	XL559	XL560	XL561	XL562	XL563	XL564	XL565	XL566	XL567	XL568	XL569	XL570	XL571	XL572	XL573	XL574	XL575	XL576	XL577	XL578	XL579	XL580	XL581	XL582	XL583	XL584	XL585	XL586	XL587	XL588	XL589	XL590	XL591	XL592	XL593	XL594	XL595	XL596	XL597	XL598	XL599	XL600	XL601	XL602	XL603	XL604	XL605	XL606	XL607	XL608	XL609	XL610	XL611	XL612	XL613	XL614	XL615	XL616	XL617	XL618	XL619	XL620	XL621	XL622	XL623	XL624	XL625	XL626	XL627	XL628	XL629	XL630	XL631	XL632	XL633	XL634	XL635	XL636	XL637	XL638	XL639	XL640	XL641	XL642	XL643	XL644	XL645	XL646	XL647	XL648	XL649	XL650	XL651	XL652	XL653	XL654	XL655	XL656	XL657	XL658	XL659	XL660	XL661	XL662	XL663	XL664	XL665	XL666	XL667	XL668	XL669	XL670	XL671	XL672	XL673	XL674	XL675	XL676	XL677	XL678	XL679	XL680	XL681	XL682	XL683	XL684	XL685	XL686	XL687	XL688	XL689	XL690	XL691	XL692	XL693	XL694	XL695	XL696	XL697	XL698	XL699	XL700	XL701	XL702	XL703	XL704	XL705	XL706	XL707	XL708	XL709	XL710	XL711	XL712	XL713	XL714	XL715	XL716	XL717	XL718	XL719	XL720	XL721	XL722	XL723	XL724	XL725	XL726	XL727	XL728	XL729	XL730	XL731	XL732	XL733	XL734	XL735	XL736	XL737	XL738	XL739	XL740	XL741	XL742	XL743	XL744	XL745	XL746	XL747	XL748	XL749	XL750	XL751	XL752	XL753	XL754	XL755	XL756	XL757	XL758	XL759	XL760	XL761	XL762	XL763	XL764	XL765	XL766	XL767	XL768	XL769	XL770	XL771	XL772	XL773	XL774	XL775	XL776	XL777	XL778	XL779	XL780	XL781	XL782	XL783	XL784	XL785	XL786	XL787	XL788	XL789	XL790	XL791	XL792	XL793	XL794	XL795	XL796	XL797	XL798	XL799	XL800	XL801	XL802	XL803	XL804	XL805	XL806	XL807	XL808	XL809	XL810	XL811	XL812	XL813	XL814	XL815	XL816	XL817	XL818	XL819	XL820	XL821	XL822	XL823	XL824	XL825	XL826	XL827	XL828	XL829	XL830	XL831	XL832	XL833	XL834	XL835	XL836	XL837	XL838	XL839	XL840	XL841	XL842	XL843	XL844	XL845	XL846	XL847	XL848	XL849	XL850	XL851	XL852	XL853	XL854	XL855	XL856	XL857	XL858	XL859	XL860	XL861	XL862	XL863	XL864	XL865	XL866	XL867	XL868	XL869	XL870	XL871	XL872	XL873	XL874	XL875	XL876	XL877	XL878	XL879	XL880	XL881	XL882	XL883	XL884	XL885	XL886	XL887	XL888	XL889	XL890	XL891	XL892	XL893	XL894	XL895	XL896	XL897	XL898	XL899	XL900	XL901	XL902	XL903	XL904	XL905	XL906	XL907	XL908	XL909	XL910	XL911	XL912	XL913	XL914	XL915	XL916	XL917	XL918	XL919	XL920	XL921	XL922	XL923	XL924	XL925	XL926	XL927	XL928	XL929	XL930	XL931	XL932	XL933	XL934	XL935	XL936	XL937	XL938	XL939	XL940	XL941	XL942	XL943	XL944	XL945	XL946	XL947	XL948	XL949	XL950	XL951	XL952	XL953	XL954	XL955	XL956	XL957	XL958	XL959	XL960	XL961	XL962	XL963	XL964	XL965	XL966	XL967	XL968	XL969	XL970	XL971	XL972	XL973	XL974	XL975	XL976	XL977	XL978	XL979	XL980	XL981	XL982	XL983	XL984	XL985	XL986	XL987	XL988	XL989	XL990	XL991	XL992	XL993	XL994	XL995	XL996	XL997	XL998	XL999	XL1000	XL1001	XL1002	XL1003	XL1004	XL1005	XL1006	XL1007	XL1008	XL1009	XL1010	XL1011	XL1012	XL1013	XL1014	XL1015	XL1016	XL1017	XL1018	XL1019	XL1020	XL1021	XL1022	XL1023	XL1024	XL1025	XL1026	XL1027	XL1028	XL1029	XL1030	XL1031	XL1032	XL1033	XL1034	XL1035	XL1036	XL1037	XL1038	XL1039	XL1040	XL1041	XL1042	XL1043	XL1044	XL1045	XL1046	XL1047	XL1048	XL1049	XL1050	XL1051	XL1052	XL1053	XL1054	XL1055	XL1056	XL1057	XL1058	XL1059	XL1060	XL1061	XL1062	XL1063	XL1064	XL1065	XL1066	XL1067	XL1068	XL1069	XL1070	XL1071	XL1072	XL1073	XL1074	XL1075	XL1076	XL1077	XL1078	XL1079	XL1080	XL1081	XL1082	XL1083	XL1084	XL1085	XL1086	XL1087	XL1088	XL1089	XL1090	XL1091	XL1092	XL1093	XL1094	XL1095	XL1096	XL1097	XL1098	XL1099	XL1100	XL1101	XL1102	XL1103	XL1104	XL1105	XL1106	XL1107	XL1108	XL1109	XL1110	XL1111	XL1112	XL1113	XL1114	XL1115	XL1116	XL1117	XL1118	XL1119	XL1120	XL1121	XL1122	XL1123	XL1124	XL1125	XL1126	XL1127	XL1128	XL1129	XL1130	XL1131	XL1132	XL1133	XL1134	XL1135	XL1136	XL1137	XL1138	XL1139	XL1140	XL1141	XL1142	XL1143	XL1144	XL1145	XL1146	XL1147	XL1148	XL1149	XL1150	XL1151	XL1152	XL1153	XL1154	XL1155	XL1156	XL1157	XL1158	XL1159	XL1160	XL1161	XL1162	XL1163	XL1164	XL1165	XL1166	XL1167	XL1168	XL1169	XL1170	XL1171	XL1172	XL1173	XL1174	XL1175	XL1176	XL1177	XL1178	XL1179	XL1180	XL1181	XL1182	XL1183	XL1184	XL1185	XL1186	XL1187	XL1188	XL1189	XL1190	XL1191	XL1192	XL1193	XL1194	XL1195	XL1196	XL1197	XL1198	XL1199	XL1200	XL1201	XL1202	XL1203	XL1204	XL1205	XL1206	XL1207	XL1208	XL1209	XL1210	XL1211	XL1212	XL1213	XL1214	XL1215	XL1216	XL1217	XL1218	XL1219	XL1220	XL1221	XL1222	XL1223	XL1224	XL1225	XL1226	XL1227	XL1228	XL1229	XL1230	XL1231	XL1232	XL1233	XL1234	XL1235	XL1236	XL1237	XL1238	XL1239	XL1240	XL1241	XL1242	XL1243	XL1244	XL1245	XL1246	XL1247	XL1248	XL1249	XL1250	XL1251	XL1252	XL1253	XL1254	XL1255	XL1256	XL1257	XL1258	XL1259	XL1260	XL1261	XL1262	XL1263	XL1264	XL1265	XL1266	XL1267	XL1268	XL1269	XL1270	XL1271	XL1272	XL1273	XL1274	XL1275	XL1276	XL1277	XL1278	XL1279	XL1280	XL1281	XL1282	XL1283	XL1284	XL1285	XL1286	XL1287	XL1288	XL1289	XL1290	XL1291	XL1292	XL1293	XL1294	XL1295	XL1296	XL1297	XL1298	XL1299	XL1300	XL1301	XL1302	
------	---	----	-----	----	---	----	-----	------	----	---	----	-----	------	-----	----	-----	------	-------	-----	----	-----	------	-------	------	-----	------	-------	--------	------	-----	------	-------	--------	-------	------	-------	--------	---------	-------	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--

1. ¿Le gusta la manera de un lugar determinado o no para estudiar?	50	7	60	1
2. ¿Prefiere estar en todo sus alrededores para estudiar o en un estudio?	50	7	60	2
3. ¿Le gusta estar a la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	3
4. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	4
5. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	5
6. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	6
7. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	7
8. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	8
9. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	9
10. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	10
11. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	11
12. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	12
13. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	13
14. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	14
15. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	15
16. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	16
17. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	17
18. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	18
19. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	19
20. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	20
21. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	21
22. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	22
23. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	23
24. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	24
25. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	25
26. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	26
27. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	27
28. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	28
29. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	29
30. ¿Le gusta estar en la hora de estudiar o en cualquier momento de la mañana?	50	7	60	30

E  
A  
E

En el interior de este cuadrante encontramos un gran cambio dividido en varias etapas. En cada una de ellas se consigue así mismo el nombre de las cuadrantes. Los datos indican, en cada uno de los cuadrantes, el nivel de las posibilidades que la compañía corresponde mejor a su personalidad. Los mejores resultados se obtienen al nivel 10,102 de cada uno de los cuadrantes, como veremos a continuación en otros elementos.

Responde con el círculo del número 1 al último caso que te sea más positivo que negativo.

Responde con un círculo 1 al primero y 2 al último caso que te sea más positivo que negativo.

Positivo	Adverso
1	2

Si tiene dificultad en alguna palabra, consulte el significado en la última página.  
 Por otro lado, si la hoja y hoja lo refieren en la misma y como una de las cosas del mundo.

TRAVELER LOHAS REPRESENTS

[illegible]

- [illegible]

	I		II		III		IV		V		VI		VII		IX	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
I	Combinativo	1	Cooperativo	1	Decidido	1	Combinativo	1	Seguro de sí mismo	1	Seguro	1	Allegre	1	Reservado	1
	Enérgico	2	Dinámico	2	Eléctrico	2	Indulgente	2	Activo	2	Convincente	2	Combinativo	2	Combinativo	2
II	Íntimo	1	Conciliador	1	Coordinado	1	Amoroso	1	Hecho de regularidad	1	Previsor	1	Optimista	1	Estable	1
	Sociable	2	Cooperativo	2	Tranquilo	2	Combinativo	2	Amable	2	Amable	2	Confía	2	Amable	2
III	Competitivo	1	Confía	1	Combinativo	1	Seguro	1	Amoroso	1	Reservado	1	Amoroso	1	Reservado	1
	Reservado	2	Íntimo	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2
IV	Activo	1	Combinativo	1	Reservado	1	Indulgente	1	Activo	1	Combinativo	1	Combinativo	1	Combinativo	1
	Dinámico	2	Reservado	2	Dinámico	2	Combinativo	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2
V	Enérgico	1	Amoroso	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1
	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2
VI	Combinativo	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1
	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2	Allegre	2
VII	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1
	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2
VIII	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1
	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2
IX	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1	Reservado	1
	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2	Reservado	2

## PLANIFICACIÓN GENERAL

Colegio Mixto "El Minutista"  
 Colonia la Comunidad, México  
 Primero Básico, Sección A  
 Responsable: Mariana Carbosa Solís

### OBJETIVO GENERAL:

Prevenir el Bajo Rendimiento Académico en el estudiante adolescente, a través de talleres psicopedagógicos, como una propuesta para fortalecer su autoestima y el desempeño escolar.

OBJ. ESPECÍFICOS	TEMA	METODOLOGÍA	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO	EVALUACIÓN
*Conocer mejor la problemática que los alumnos presentan a través de la observación y la entrevista.	Evaluación observación entrevista	Modalidad individual	Observar directamente y Aplicar a los estudiantes la entrevista estructurada	Humano, entrevistas lápices	21/03/03	Observación
*Confirmar la problemática referida por medio de las baterías de test.	Evaluación Test de Autoestima Hábitos de Estudio	Modalidad grupal	Aplicación de los test De Autoestima y de Hábitos de Estudio.	Humano, test lápices	28/02/03	Observación
*Introducir a los estudiantes en el tema de la Autoestima	Autoestima	Modalidad individual y grupal	Taller: Que es Autoestima, puntos fuertes de la autoestima, conocer las emociones, destrezas de logro personal, destrezas motrices.	Humano, hojas de papel bond, lápices, cartones, plumnón.	07/03/03	Observación hojas de trabajo
*Dar a conocer a los estudiantes sobre la importancia del tema a abordar	Técnicas De Estudio	Modalidad grupal e individual	Exposición: Que es estudiar, actitud frente al estudio, factores negativos y como evitar el fracaso	Humano, hojas de papel bond, lápices, cartones.	07/03/03	Observación hojas de trabajo discusión grupal

*Justificar la importancia de una actitud positiva para alcanzar sus metas en la vida.	Actitudes positivas	Modalidad grupal e individual.	Comprensión de lectura y reflexión de interrogantes sobre el tema.	Humano, hojas de papel bond, lápices, carteles, pizarra	14/03/03	Comprensión de lectura y hojas de trabajo.
*Crear en el estudiante el hábito de saber estudiar	Fomentar Hábitos de Estudio	Modalidad individual	Discusión de características sobre facetas positivas y negativas.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra	14/03/03	Comprensión de lectura y discusión grupal
*Analizar la importancia de tener una actitud positiva en la vida.	Actitudes Positivas.	Modalidad individual y grupal	Comprensión de lectura y discusión de los cuestionamientos	Humano, hojas de papel bond, lápices, carteles	21/03/03	Hoja de trabajo
*Enseñar al estudiante el uso adecuado del diccionario, como técnica importante de estudio.	Uso del Diccionario	Modalidad individual y grupal.	Lectura y ejercicios para el adecuado uso del diccionario.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra, diccionarios	21/03/03	Lectura y elaboración de un glosario
*Autoevaluar con los estudiantes como están su autoestima	Autoestima	Modalidad individual y grupal	Llena de preguntas a los estudiantes sobre aspectos personales negativos y positivos	Humano, hojas de papel bond, lápices, carteles, espejos	28/03/03	Cuestionario y análisis en grupo
*Conocer y utilizar en la etapa académica la técnica de toma de notas	Técnica de la toma de notas	Modalidad individual y grupal	Lectura y aplicación de la técnica en un fragmento de texto que se leerá.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra, libro	28/03/03	Hoja de trabajo

• Analizar la importancia de conocerse a sí mismo, como un punto de partida para mejorar su autoestima	Autoestima y Autoconocimiento	Modalidad individual y grupal	Técnica de identificación con un símbolo en relación con la personalidad del estudiante.	Humano, hojas de papel bond, lápices, pizarra, cartones, pegafilm.	04/04/03	Discusión grupal
• Dar a conocer la importancia del adecuado uso de la técnica del resumen.	Técnica del Resumen	Modalidad individual y grupal	Lectura de un fragmento de texto para luego ser resumido, resaltando los puntos importantes.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra, cartones, revistas	04/04/03	Resumen de un fragmento de texto.
• Analizar las diferencias entre lo que piensan de ellos mismos y cómo los ven los demás.	Autoestima y Autoconocimiento	Modalidad individual y grupal	Discusión en grupo y Opiniones y críticas entre los estudiantes, a cerca de lo que piensan de si mismos y de los demás.	Humano, hojas de papel bond, lápices, pizarra, cartones, artículos	11/04/03	Comentario
• Involucrar al estudiante sobre la importancia que tiene el uso de la técnica del subrayado	Técnica del Subrayado	Modalidad individual y grupal	Lectura de un cuento, resaltando los puntos claves y de importancia, por medio de la técnica del subrayado.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra, texto	11/04/03	Hoja de trabajo Ejercitando la técnica
• Reflexionar a cerca de la importancia de definir metas claras para su futuro.	Autoestima y Autoconocimiento	Modalidad individual y grupal	Participación de los alumnos con comentarios a cerca de lo que quieren ser en el futuro. Y realización de un dibujo	Humano, hojas de papel bond, lápices, pizarra, cartones	25/04/03	Conclusiones
• Facilitar al estudiante una técnica de utilidad en su etapa académica.	Análisis de términos	Modalidad individual y grupal	Aplicación de la técnica resaltando y analizando los términos claves para la etapa	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarra	25/04/03	Hoja de trabajo



Identificar sus principales necesidades y analizar cómo pueden llenarlas sin afectar los derechos de otras personas.	Autoestima y Asertividad	Modalidad individual y grupal	Técnica de lluvia de ideas, donde se discuten las necesidades que se consideran más importantes de satisfacer y luego comparanlas entre todos.	Humano, hojas de papel bond, lápices, pizarrón, cartones	02/03/03	Representar a través de dibujos las Necesidades.
*Conocer realmente la importancia y la utilidad de esta popular técnica de estudio.	Memorias Auxiliares o Claves	Modalidad individual y grupal	Elaboración de claves, resumiendo las ideas importantes de un tema, con el fin de memorizar y luego recordar en voz alta.	Humano, hojas de trabajo, hojas de papel bond, lápices, pizarrón.	02/03/03	Preguntas orales y Escritas.
*Comparar e integrar estrategias para ser asertivos en sus relaciones con otras personas.	Autoestima y Asertividad	Modalidad individual y Grupal	Evaluación por medio de un cuestionario con preguntas de asertividad y mesa redonda para compartir sentimientos encontrados.	Humano, hojas de papel bond, lápices, pizarrón, cartones.	09/03/03	Cuestionario de asertividad
*Unificar las técnicas de estudio	Técnicas de Estudio	Modalidad individual y Grupal	Resumen en cuadro sinóptico y repaso de las técnicas ya estudiadas	Humano, hojas de trabajo, hojas de papel bond, lápices, pizarrón	09/03/03	Cuestionario y hojas de trabajo
*Identificar diferentes emociones en sí mismos y en otras personas	Inteligencia Emocional Intrapersonal	Modalidad individual y Grupal	Representación con movimientos corporales de la emoción asignada, y expresión de los sentimientos angulos	Humano, hojas de papel bond, cuestionarios, lápices, pizarrón, cartones	10/03/03	Cuestionario
*Sintetizar con los estudiantes sobre el manejo adecuado del grupo de técnicas de estudio.	Como Gestionar Esto en los Exámenes	Modalidad individual y Grupal	Análisis de características correctas a tomar en cuenta para el desempeño escolar y el éxito.	Humano, hojas de trabajo, lápices, pizarrón	16/03/03	Conclusiones orales de los alumnos

*Conocer y ejercitar estrategias para la adecuada expresión y manejo de emociones.	Destrezas Emocionales	Modalidad individual y grupal	Identificar las emociones más frecuentes a utilizar en situaciones de estrés, manejarlas y responder cuestionario.	Humano, hojas de papel bond, hojas de trabajo, lápices, cartones, libretas	23/04/03	Ejercicios de Autocontrol
Reconocer la importancia de decir siempre la verdad	Destrezas Morales	Modalidad individual y grupal	Dramatización de una historia y discusión grupal de la actividad realizada y cuestionamiento personal	Humano, hojas de papel bond, lápices, cartones	23/05/03	Cuestionario
*Reconocer la importancia de ser honestos y compasivos con otros personas.	Destrezas Morales	Modalidad individual y Grupal	Lectura de un segmento, elaboración de un proyecto de beneficencia y análisis en grupo de lo realizado	Humano, hojas de papel bond, lápices, cartones	30/05/03	Proyecto de beneficencia individual
*Conocer y analizar los conductas, que para cada uno son muestras de respeto.	Destrezas Morales	Modalidad individual y grupal	Dramatización de normas de educación por parejas y mesa redonda de conclusiones al respecto.	Humano, hojas de papel, lápices, cartones	30/05/03	Cuestionario Personal
*Reconocer la importancia de desarrollar autocontrol y disciplina interna como mecanismo para alcanzar el éxito personal.	Disciplina Interna	Modalidad individual y grupal	Dramatización y análisis de las técnicas de auto control y disciplina, y autoevaluación de estrategias disciplinarias.	Humano, hojas de trabajo, lápices, cartones	06/06/03	Cuestionario
*Conocer y aplicar las fases de la toma de decisiones en un conflicto personal	Toma de Decisiones	Modalidad individual y grupal	Análisis de un texto y alumnos, cuestionario de aspectos personales y concluyendo con un debate entre los estudiantes.	Humano, hojas de papel bond, hojas de trabajo, lápices, cartones	06/06/03	Debate
Compartir la finalización del proyecto	Despedida	Modalidad grupal	Reflexión de convivencia y despedida	Humano, Reflexión y diplomas	13/06/03	Despedida

## RESUMEN

La adolescencia como etapa de transición entre la niñez y la edad adulta, ha sido estudiada desde varias perspectivas, principalmente desde el punto de vista psicosocial y biológico. Según investigaciones la adolescencia es una etapa de la vida en la cual ocurren transformaciones corporales y psicológicas debido al proceso de crecimiento y maduración del cuerpo humano. El adolescente sufre cambios hormonales y emocionales en su desarrollo; unido a esto encuentra en su vida limitantes, un hogar conflictivo, una escuela individualista y rígida y una sociedad carente de valores; que por supuesto interfieren enormemente en el bajo rendimiento académico del joven.

El bajo rendimiento académico, reside en el hecho de que el alumno no ha logrado sobresalir al trabajo correspondiente al curso escolar y ha de repetirlo, de modo que quedará atrasado respecto a sus compañeros de la misma edad cronológica.

Las causas del bajo rendimiento académico son muchas; la más común del retraso en la escuela, es que el nivel de inteligencia es bajo para la escuela en cuestión, puede encontrarse también en el hogar, en la escuela o en el joven. El problema puede provocarlo la enseñanza, los exámenes, el sistema de calificación o el propio examinador.

Es alta la incidencia de padres con escasos recursos económicos que laboran todo el día y dejan a sus hijos al cuidado de otras personas; y es elevado el número de hogares desintegrados; siendo predisponente de una baja en el rendimiento escolar, que indudablemente, se acompaña de ansiedad y factores emocionales como inseguridad, depresión, agresividad, impulsividad, rechazo u otros. Un hogar donde no hay libros, ni oportunidades para que el joven aprenda y donde no se habla nada de educación, no es el lugar para que el joven se motive a triunfar en la escuela. Muchos padres le dan poca importancia al valor de la educación; en ocasiones no solo no incitan al joven a hacer tareas hasta que llegan a desanimarlo; fomentándolo a que trabaje su tiempo libre. Ellos esperan poco del hijo y éste logra poco.

Muchos de los alumnos que están retrasados en la escuela, lo deben a su inasistencia a la escuela. Esta inasistencia se correlaciona con el poco cuidado paterno y con la carencia de apreciación del verdadero valor de la educación.

Cuando un alumno se desempeña mal en la escuela, puede deberse al grado de motivación, a la interacción entre las personalidades del niño y su profesor. El joven es valorado de acuerdo con su aprovechamiento en las materias de grado escolar; sin tomar en cuenta que hay alumnos que nunca van a ser buenos para algunas materias por lo que sus aptitudes e intereses están dirigidos hacia otra dirección.

No todos los profesores emplean el método de amenazar o ridiculizar, la coerción, el sarcasmo y la desaprobación para enseñar, en lugar de motivar, obviamente lo hacen con malos tratos.

El deterioro del desempeño escolar, puede ser resultado de la interacción de muchos factores:

La inseguridad, desnutrición, crueldad en el hogar o por alguna deficiencia a nivel cerebral. Esto ocurre en mayor incidencia con los jóvenes que cursan el primer año del nivel básico del Colegio Mixto “El Manantial” del municipio de Mixco, quienes conformaron un grupo de treinta y uno adolescentes, diecinueve mujeres, representado por el 61% y doce hombres al 39% de la población; comprendidos entre las edades de trece y dieciséis años. Los alumnos de dicho colegio son procedentes de áreas aledañas a la colonia, pertenecientes al nivel socioeconómico medio bajo.

Quienes fueron objeto de estudio por presentar las características generadoras del bajo rendimiento académico propias que ameritaba la investigación.

Por esta serie de conflictos surgidos en el desarrollo del adolescente, fue necesario implementar la estrategia de prevención del bajo rendimiento académico, a través de talleres psicopedagógicos, que consistieron en actividades constructivas de nivel personal y académico, como una propuesta para mejorar el desempeño escolar y emocional, orientándolos a formar parte de actividades constructivas y formativas de su interés.

Estos talleres consistieron en el abordamiento de la aplicación de técnicas para elevar la autoestima e implementar hábitos de estudio en los estudiantes.

Las técnicas fueron aplicadas a través de diferentes talleres, enfocados hacia la formación personal y académica del adolescente; de modalidad individual y grupal; en un promedio de dos días a la semana,

Fue una experiencia positiva que permitió descubrir los problemas más comunes que interfieren en el desarrollo personal y académico de los estudiantes, como parte de su

proceso. Es importante el apoyo dentro del hogar, la escuela y de la sociedad; de ello depende que el joven desarrolle sus cualidades satisfactoriamente.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se hace evidente el aporte a la formación académica y humana, que ayudará a la población adolescente a disminuir los problemas que originan el bajo rendimiento académico” como prueba de ello según el test de Hábitos de Estudio proyectó, que los estudiantes se ubican dentro del nivel normal bajo, en la escala de utilización adecuada de materiales, en la asimilación de contenidos y en cuanto a la sinceridad con que contestaron el cuestionario.

En cuanto se refiere a la escala de Autoestima EAE, los estudiantes se encuentran en la media en las escalas de Sociabilidad, Ambición y Confianza en si Mismo, Optimismo y en la escala de Ponderación.

Es de suma importancia mencionar que los resultados obtenidos demuestran a grandes rasgos que los adolescentes en su mayoría se ubican dentro de la norma, no la esperada, pero si dentro de los parámetros culturales, sociales y escolares, al que ellos pertenecen.